Niveau(x) d'enseignement: 4 Numero EDUQ : 8770665
Centre d'intérêt: 950

Formation personnelle et sociale, éducation à la santé / Direction générale des programme[s], Direction de la formation générale. -- [Québec] : Ministère de l'éducation, c1987.
v, 368 p. : ill. ; 28 cm. -- (Guide d'activités / Ministère de l'éducation du Québec, Direction générale des programmes. Secondaire)

Code: 16-3707-03; 6788-243. Bibliogr.: p. 317-343.

ISBN 2-550-13770-1

Vedette(s)-secondaire(s): Québec (Province) Ministère de l'éducation. Direction de la formation générale

---

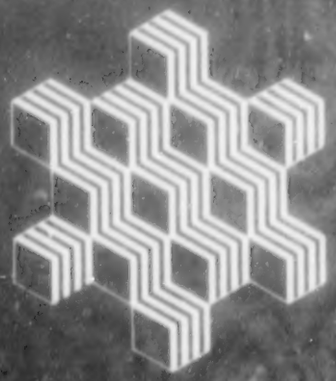
Descripteur(s): Education sanitaire * Activité d'apprentissage * Guide pédagogique * Secondaire (Ordre d'enseignement)

Le guide contient un recueil d'activités d'apprentissage destiné aux enseignants du secondaire. Il a pour but de faciliter la tâche de préparation de cours des enseignants. Il contient un rappel des principaux éléments du volet "Education à la santé" et, pour chaque classe, une suggestion de planification du travail, des informations minimales sur les thèmes de travail, une bibliographie et, surtout, un ensemble de fiches d'activités permettant d'atteindre les objectifs de ce volet. Chaque fiche d'activité est élaborée selon un modèle unique comprenant toujours deux catégories d'informations: les informations préalables à la réalisation de l'activité et les informations relatives à l'activité proprement dite.

Type de document: d

---

guide d'activités



SECONDAIRE

FORMATION PERSONNELLE ET SOCIALE

ÉDUCATION À LA SANTÉ

Québec

CADRE
1940, H.-BOURASSA EST
MONTRÉAL H2B 1S2

guide d'activités

SECONDAIRE

FORMATION PERSONNELLE ET SOCIALE

ÉDUCATION À LA SANTÉ

Direction générale des programme
Direction de la formation générale

CADRE
1940, H.-BOURASSA EST
MONTRÉAL, H1J 1B2

Approuvé par les Comités catholique et protestant
du Conseil supérieur de l'éducation
les 5, 6 février et 12 juin 1987

© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1987

ISBN 2-550-13770-1

Dépôt légal — quatrième trimestre 1987
Bibliothèque nationale du Québec

TABLE DES MATIÈRES

Page

Avant-propos v

Introduction 1

1. Les guides d'activités d'apprentissage et l'infrastructure pédagogique 2

2. Rappel des objectifs du volet «Éducation à la santé» 3

3. Activités d'apprentissage et objectifs du volet «Éducation à la santé» 3

4. Structure du Guide d'activités d'apprentissage 14

4.1 Structure générale 14

4.2 Structure de chaque section du guide 16

Première partie

Secondaire 1er cycle 23

Présentation des thèmes 25

Première année 47

Scénario 49

Fiches d'activités d'apprentissage 50

Deuxième année 113

Scénario 115

Fiches d'activités d'apprentissage 116

Deuxième partie

Secondaire 2e cycle 147

Présentation des thèmes 149

Troisième année 177

Scénario 179

Fiches d'activités d'apprentissage 180

Quatrième année 223

Scénario 225

Fiches d'activités d'apprentissage 226

Cinquième année 251

Scénario 253

Fiches d'activités d'apprentissage 254

Bibliographie 313

Annexe I — Adresse utiles 347

Annexe II — La sécurité routière à l'école 353

AVANT-PROPOS

Ce guide est le résultat du travail et des suggestions des personnes et des groupes susmentionnés. nous tenons à remercier tous ceux qui ont participé à l'élaboration de ce document.

CONCEPTION DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE:

Lorraine Dion Boivin
Lucie St-Onge

COLLABORATION SPÉCIALE POUR CERTAINES ACTIVITÉS:

Françoise Gingras
Suzanne Deslandes Guay
Raymonde Lalonde
Guy Beaulac

CONCEPTION DE L'ÉVALUATION:

Lise Le Houillier

DESSINS

Serge Lamothe
Linda Frenette

ORGANISMES IMPLIQUÉS:

Ministère de la Santé et des Services sociaux
Département de Santé Communautaire de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus
Régie de l'assurance automobile du Québec
Commission de la Santé et de la Sécurité du travail

SECRÉTARIAT:

Anne Michaud
Micheline St-Jean

Nous remercions les personnes suivantes pour leurs commentaires:

Diane Bourgault, travailleuse sociale,
C.L.S.C. La Source;
Charles-Yvan Desrochers, travailleur social,
C.L.S.C. La Source;
Marie Desrosiers, psychologue,
D.S.C. de l'Enfant-Jésus;
Jean Dorval, enseignant,
Commission scolaire régionale Chauveau;
Françoise Filteau, infirmière,
Service jeunesse de la Croix-Rouge;
Danielle Goulet, enseignante, infirmière, C.E.C.Q.;
Marie Larochelle, psychologue,
polyvalente de Charlesbourg;
Marie-Claire Lepage, diététiste-nutritionniste,
D.S.C. du C.H.U.L.;
Nicole Lemay, diététiste-nutritionniste,
C.L.S.C. de Trois-Saumons;
Céline Moreau, diététiste-nutritionniste,
D.S.C. de l'Enfant-Jésus;
Sylvie Prémont, psychologue,
D.S.C. de Montmagny;
Andrée Quenneville, chargée de programmation,
D.S.C. de l'Enfant-Jésus;
Monique Weaner, travailleuse sociale,
Service de réadaptation sociale;

COORDINATION:
Yves Décary

Note: Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune intention de discrimination mais uniquement dans le but d'alléger le texte.

INTRODUCTION

La rédaction du présent guide d'activités est le fruit de la collaboration entre plusieurs organismes et ministères. La plus grande partie des objectifs développés par ces activités a été composée par des professionnels du ministère de l'Éducation et du ministère de la Santé et des Services sociaux. Toutefois, les activités concernant la santé et la sécurité au travail ont été élaborées par la Commission de la Santé et de la sécurité au travail. De plus cette Commission a publié, dans un tiré à part et de façon plus élaborée, les activités énumérant ces mêmes thèmes. Vous trouverez dans ce présent guide quelques références à cette publication intitulée: « Guide d'activités à l'intention des enseignants et des enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé) ».

Une autre partie de ce guide, concernant le thème des véhicules, a été élaborée par la Régie de l'assurance automobile du Québec. Ces activités ne sont pas incluses dans ce guide et forment en soi un autre guide d'accompagnement publié sous le titre « *La sécurité routière* (Guide de l'enseignant et de l'enseignante) ». Vous trouverez en annexe II un exemple de ces activités ainsi qu'un tableau de leurs contenus.

Ce guide-ci constitue un recueil d'activités d'apprentissage destiné aux enseignants du secondaire. Il a pour but de faciliter la tâche de préparation de cours des enseignants.

Il contient un rappel des principaux éléments du volet « Éducation à la santé » et, pour chaque classe, une suggestion de planification du travail, des informations minimales sur les thèmes de travail, une bibliographie et, surtout, un ensemble de fiches d'activités permettant d'atteindre les objectifs de ce volet.

Ainsi les propositions contenues dans ce guide ne visent qu'une meilleure répartition des objectifs du volet « Éducation à la santé » tout au long des cinq années que dure le secondaire. De même, l'ordre de présentation des thèmes est interchangeable à l'intérieur d'un même cycle. Il reviendra toujours à l'équipe-école de modifier le contenu de ce guide et de l'adapter aux besoins et aux caractéristiques du milieu.

Ce guide, de même que les quatres autres guides d'activités destinés aux enseignants, vient compléter l'instrumentation pédagogique que le ministère de l'Éducation fournit aux enseignants en matière d'infrastructure pédagogique. Alors que le programme examinait les besoins et les objectifs et que le guide pédagogique abordait les méthodes, l'évaluation et la gestion du programme, ce guide d'activités traite des situations d'apprentissage.

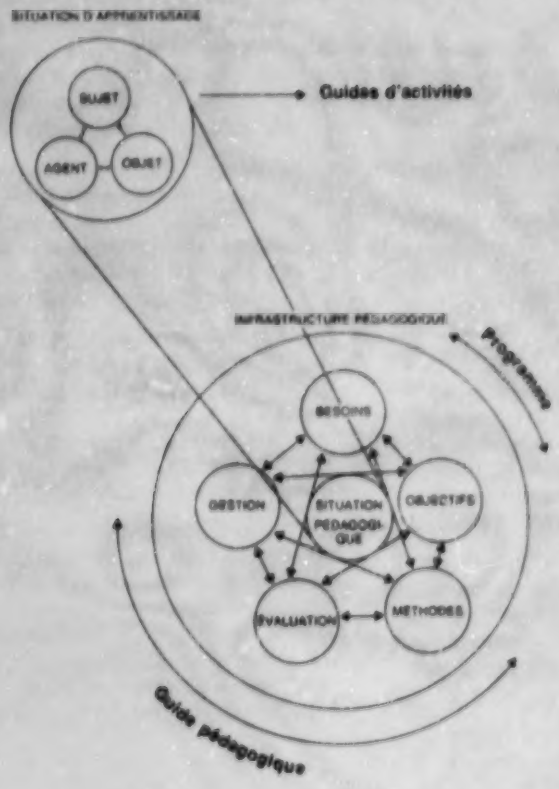
1. LES GUIDES D'ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE ET L'INFRASTRUCTURE PÉDAGOGIQUE

Le programme d'études, le guide pédagogique et les guides d'activités d'apprentissage sont tous des outils destinés à aider l'enseignant dans sa tâche d'enseignement. Cependant, quoique très liés les uns aux autres, ces documents sont distincts et servent des fins différentes.

Le programme d'études et le guide pédagogique informent les enseignants sur les différents éléments de l'infrastructure pédagogique sous-jacente à l'enseignement du programme et à la réalisation des situations d'apprentissage. Les guides d'activités d'apprentissage sont, quant à eux, des applications des données consignées dans le programme et le guide.

Le tableau suivant illustre la spécificité et les liens de complémentarité de ces trois outils de base.

La référence à ces trois documents devrait permettre aux enseignants de bien comprendre la lettre et l'esprit du programme et de construire eux-mêmes des situations d'apprentissage utiles et efficaces.



2. RAPPEL DES OBJECTIFS DU VOLET «ÉDUCATION À LA SANTÉ»

Le volet «Éducation à la santé», comme tous les autres volets du programme « Formation personnelle et sociale », concourt à l'acquisition par les jeunes des connaissances, attitudes et comportements essentiels à leur plein épanouissement comme personnes et comme membres d'une collectivité. C'est là l'objectif global du programme d'études « Formation personnelle et sociale ».

Plus particulièrement, le volet «Éducation à la santé» a pour objectif global de:

> Amener l'élève à adopter des attitudes favorables à l'atteinte d'un certain bien-être physique, psychique et social.

Ce volet a pour buts de:

1. Donner à l'élève une bonne connaissance de ses besoins et lui faire adopter des comportements et des attitudes favorables à la satisfaction de ses besoins, à la protection de son organisme et au développement de ses dimensions physiques et psychiques.
2. Donner à l'élève une bonne connaissance des dangers et des richesses de son environnement physique et lui faire adopter des attitudes et des comportements favorables au maintien de sa sécurité personnelle et à la formation de liens enrichissants.
3. Faciliter à l'élève de saines relations avec les autres et lui faire prendre conscience de ses responsabilités à l'égard de la santé des autres.

Cet objectif global ainsi que les buts visés devront être atteints au terme du primaire et du secondaire.

De façon plus précise, « l'Éducation à la santé » au secondaire entend favoriser chez les adolescents l'adoption d'attitudes et de comportements positifs et responsables à l'égard de leur santé et de celle des autres. Ce volet propose donc aux jeunes des réflexions, des discussions et des notions sur les multiples aspects de la santé et les prévient également contre certains problèmes qu'ils peuvent rencontrer.

Par conséquent, les objectifs généraux du secondaire amènent l'élève à:

1. Acquérir une vision globale de la santé.
2. Intégrer solidement à sa vie quotidienne les pratiques hygiéniques nécessaires au maintien de sa santé physique et psychique.
3. Acquérir des connaissances, adopter des attitudes et des comportements préventifs à l'égard de certains dangers de la vie contemporaine.
4. Prendre conscience de l'importance du loisir dans la planification de sa vie.
5. Prendre en charge des responsabilités à l'égard de sa santé et de la santé des autres.

3. ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE ET OBJECTIFS DU VOLET « ÉDUCATION À LA SANTÉ »

Afin d'éviter aux enseignants de fréquents renvois au programme pour coordonner les activités d'apprentissage aux objectifs d'apprentissage, nous présentons ci-après un premier tableau contenant tous les objectifs du volet « Éducation à la santé ». Afin de faciliter aux enseignants le repérage des objectifs d'apprentissage au secondaire, ce tableau est divisé en deux parties: à gauche des objectifs généraux, sont exposés les objectifs recherchés au premier cycle et à droite, ceux poursuivis au deuxième cycle.

Étant donné que l'enseignant travaillera plus directement avec les objectifs terminaux portant sur divers thèmes en « Éducation à la santé », nous présentons dans un deuxième tableau la répartition des activités contenues dans ce guide selon le thème de travail, l'objectif terminal et la classe.

Enfin, un troisième tableau présente la description de toutes les activités suggérées à chaque classe du secondaire. Une période de temps approximative est proposée pour la réalisation de chaque activité.

TABLEAU 1

TABLEAU DE RÉPARTITION DES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE AU SECONDAIRE

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Que l'élève:	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Objectifs intermédiaires
1.1 Nommer les éléments qui caractérisent la notion de besoin. 1.2 Rappeler les divers besoins de l'organisme. 1.3 Classer ces besoins selon qu'ils sont liés au maintien du bon fonctionnement de l'organisme ou au développement intégral de la personne. 1.4 Rappeler les conséquences de satisfaire ou de ne pas satisfaire ces besoins. 1.5 Situer l'importance de satisfaire certains besoins de façon prioritaire.	1. Démontrer que la satisfaction des besoins permet de maintenir le bon fonctionnement de l'organisme et de le développer intégralement.	**1. Développe une vision globale de la santé.**	1. Décrire sommairement les problèmes associés à la conservation de la santé.	1.1 Identifier les différents facteurs influençant l'état de santé. 1.2 Décrire sommairement l'effet de ces facteurs sur le maintien de son état de santé. 1.3 À partir d'exemples de la vie courante, décrire comment se prennent habituellement les décisions qui concernent la santé. 1.4 Décrire sommairement la situation de l'individu qui doit se soucier de son état de santé.
2.1 Laver quotidiennement son corps. 2.2 Suivre les règles d'une hygiène menstruelle adéquate. 2.3 Discuter des tabous reliés à la menstruation. 2.4 Suivre les règles d'une hygiène adéquate de la peau. 2.5 Utiliser les techniques d'hygiène dentaire. 2.6 Assurer les conditions nécessaires à un sommeil réparateur. 2.7 Pratiquer des activités de plein air en prenant les précautions qui s'imposent. 2.8 Faire régulièrement de l'exercice physique. 2.9 Porter des vêtements adéquats.	2. Appliquer les règles d'hygiène corporelle qui conviennent aux adolescents.	**2. Intègre solidement à sa vie quotidienne les pratiques hygiéniques nécessaires à la conservation de sa santé physique et psychique.**	2. Évaluer certaines habitudes alimentaires courantes chez les adolescents et les adultes.	2.1 Identifier différentes habitudes alimentaires néfastes à la santé. 2.2 Évaluer les avantages et les désavantages d'acquérir chacune de ces habitudes alimentaires. 2.3 Évaluer les avantages et les désavantages de l'absorption importante et régulière d'aliments sans qualités nutritives. 2.4 Évaluer les avantages et les désavantages de suivre des régimes miracles. 2.5 Échanger avec les pairs sur les raisons qui font que certains adolescents et adultes adoptent des comportements néfastes à leur santé. 2.6 Évaluer les calories absorbées en regard de sa dépense énergétique.
3.1 Dire avec ses propres termes ce que signifie pour lui « être bien dans sa peau ». 3.2 Donner des exemples de la vie courante où il s'est senti « bien dans sa peau ». 3.3 Avoir une discussion avec ses pairs pour connaître ce que signifie pour chacun « être bien dans sa peau ». 3.4 Dégager les principaux éléments qui caractérisent le sentiment « d'être bien dans sa peau ». 3.5 Identifier l'impact de chacun de ces éléments sur le bien-être psychique de la personne.	3. Indiquer les besoins qu'il faut satisfaire pour « être bien dans sa peau ».		3. Évaluer la cohérence entre ses connaissances et ses pratiques sur le plan de l'hygiène corporelle.	3.1 Rappeler les notions d'hygiène corporelle acquises antérieurement. 3.2 Évaluer si ses pratiques actuelles sont en accord avec les connaissances acquises. 3.3 Indiquer les raisons qui les amènent à pratiquer ou non les règles d'hygiène. 3.4 Évaluer s'il y a un avantage réel à ne pas pratiquer les règles d'hygiène ou à en abuser. 3.5 Rappeler les avantages de pratiquer les règles d'hygiène corporelle.

(suite à la page suivante)

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux		Objectifs terminaux	Objectifs intermédiaires
	L'élève sera capable de:	Que l'élève:	L'élève sera capable de:	
3.6 Dégager les liens existant entre ces éléments. 3.7 Indiquer le besoin prioritaire à satisfaire pour « être bien dans sa peau ». 3.8 À partir des discussions précédentes identifier les besoins qu'il semble avoir satisfait et ceux qu'il doit satisfaire pour « être bien dans sa peau ». 3.9 Indiquer des actions personnelles lui permettant d'être davantage « bien dans sa peau ».			4. Illustrer l'importance d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure	4.1 Se rappeler les besoins qu'il faut satisfaire pour être « bien dans sa peau ». 4.2 Indiquer les situations qui peuvent nuire à la satisfaction de ces besoins à l'adolescence. 4.3 Évaluer l'effet possible de ces situations sur le bien-être psychique. 4.4 Relever parmi ces diverses situations les éléments pouvant poser des problèmes pour son bien-être. 4.5 Dégager les constantes se trouvant dans tous ces éléments. 4.6 Constater le lien entre la recherche du bien-être psychique, ce qui se dégage des diverses problématiques et de la notion d'interaction des êtres humains et de leur milieu. 4.7 Indiquer les conditions nécessaires à l'établissement d'une relation harmonieuse avec l'environnement. 4.8 Relever dans sa vie quotidienne des situations qui exigent un ajustement et une adaptation à son environnement pour être « bien dans sa peau ». 4.9 Identifier des moyens d'action qui favorisent son harmonie avec la vie qui l'entoure.
4.1 Rappeler les généralités concernant les accidents causés par l'utilisation de divers types de véhicules. 4.2 Connaître les règles de prudence à suivre lors d'une excursion de groupe à bicyclette. 4.3 Identifier les règles de prudence à suivre lors d'un déplacement à bicyclette dans la circulation dense. 4.4 Décrire le statut légal de la motocyclette et de la motoneige. 4.5 Identifier les aspects légaux de l'utilisation d'un cyclomoteur. 4.6 Rappeler les règlements et lois applicables à tout conducteur de véhicule automobile. 4.7 Indiquer les principaux accidents dont peut être victime le motocycliste ou le motoneigiste. 4.8 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accidents pour un motocycliste. 4.9 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident pour un motoneigiste.	**4.** Exposer les différents points à considérer en vue de la conduite des véhicules autorisés à l'âge de l'adolescence.	**3. Acquière des connaissances, adopte des attitudes et des comportements préventifs à l'égard de certains dangers de la vie quotidienne.**	5. Analyser l'aspect risque que fait courir l'utilisation de l'automobile.	5.1 Connaître les risques que comporte la conduite automobile. 5.2 Démontrer l'influence de certains facteurs sur l'importance du risque. 5.3 Démontrer que la motorisation implique des risques élevés de blessures très graves et de mort. 5.4 Démontrer que les risques peuvent être grandement réduits grâce à certaines connaissances, attitudes et comportements préventifs.
			6. Choisir judicieusement les moyens de transport nécessaires pour se rendre au travail et occuper ses loisirs.	6.1 Indiquer les principaux modes de déplacements utilisés pour se rendre au travail et se récréer. 6.2 Rappeler les dangers que comportent les modes de déplacement étudiés précédemment. 6.3 Évaluer les avantages et les désavantages des modes de déplacement utilisés pour se rendre au travail. 6.4 Évaluer les avantages et désavantages des modes de déplacement utilisés pour les loisirs.

(suite à la page suivante)

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux		Objectifs terminaux	Objectifs intermédiaires
	L'élève sera capable de:	Que l'élève:	L'élève sera capable de:	
4.10 Décrire l'équipement dont doivent être munis les motocyclettes, leur conducteur et leur passager. 4.11 Indiquer des moyens de réduire les risques d'accident ou les conséquences d'un accident de motocyclette et de motoneige. 4.12 Indiquer les diverses sortes d'accidents qui peuvent se produire à bord d'une embarcation. 4.13 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident à bord d'une embarcation. 4.14 Indiquer des moyens de réduire les risques d'accident à bord d'une embarcation. 4.15 Indiquer comment obtenir un permis de conduire. 4.16 Connaître les attitudes et comportements à adopter lors d'un accident d'automobile.			7. Prévenir les accidents dans un atelier.	7.1 Reconnaître qu'il peut être éventuellement victime d'un accident dans un atelier. 7.2 Indiquer les causes possibles des accidents. 7.3 Indiquer des moyens de prévenir les accidents. 7.4 S'informer des règles de sécurité particulières des ateliers.
			8. Exposer les points à considérer avant d'utiliser des armes à feu.	8.1 Reconnaître que les armes à feu sont une des principales causes d'accidents chez les adolescents. 8.2 Donner la définition légale d'« arme à feu ». 8.3 Identifier les divers types d'armes correspondant à la définition légale d'« arme à feu ». 8.4 Identifier les personnes ayant droit de posséder une arme à feu et dans quelles circonstances. 8.5 Exposer ses droits et responsabilités concernant la possession et l'utilisation d'armes à feu. 8.6 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident par une arme à feu. 8.7 Identifier des moyens de réduire les risques d'accident par une arme à feu.
5.1 Connaître les outils dangereux utilisés à la maison. 5.2 Montrer les dangers que présentent ces outils. 5.3 Connaître les sources d'information permettant de connaître les procédures de sécurité requises pour l'utilisation de ces outils. 5.4 Décrire les procédures de sécurité requises pour l'utilisation de ces outils.	5. Utiliser adéquatement les outils dangereux pouvant être mis à sa disposition.		9. Prévenir les accidents causés par les produits industriels.	9.1 Nommer certains produits industriels dangereux pour sa santé. 9.2 Indiquer des effets possibles de ces produits sur son organisme. 9.3 Indiquer des moyens de prévenir les accidents et les maladies causés par les produits industriels. 9.4 Identifier les symboles de sécurité inscrits sur divers produits industriels.
6.1 Indiquer les conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu. 6.2 À partir des conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu, établir certaines règles de prévention des incendies. 6.3 À partir des conditions nécessaires à la propagation du feu, établir les règles à suivre en cas d'incendie. 6.4 Connaître les consignes de base concernant l'évacuation des lieux sinistrés.	6. Appliquer les consignes de base relatives aux incendies.		10. Énoncer certaines règles de sécurité incendie concernant les endroits publics et la maison.	10.1 Identifier des consignes de sécurité incendie relatives à la fréquentation des lieux publics. 10.2 Indiquer certaines règles de sécurité incendie relatives à la vie quotidienne dans sa maison.
7.1 Définir le mot « drogue ». 7.2 Indiquer les diverses drogues consommées par les adolescents (usage non médical). 7.3 Décrire sommairement les effets perceptibles sur l'individu de l'utilisation de drogues. 7.4 Nommer les dangers des différents types de drogues, selon la quantité consommée	7. Dégager les éléments de valeur sous-jacents à la décision de prendre ou non des drogues à des fins non médicales.		11. Prendre des décisions éclairées à l'égard de la consommation de drogues.	11.1 Se rappeler les notions étudiées précédemment sur les drogues. 11.2 Reconnaître que la consommation de drogues relève d'une décision strictement personnelle.

(suite à la page suivante)

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Que l'élève:	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Objectifs intermédiaires
7.5 Discuter avec ses pairs des motifs que peuvent avoir les consommateurs de drogues de s'adonner à ces pratiques. 7.6 Indiquer les valeurs sous-jacentes aux motivations des personnes qui prennent des drogues. 7.7 Dire si la consommation de drogues permet d'atteindre à court et à long terme les effets poursuivis. 7.8 Indiquer les valeurs qui devraient être davantage prises en considération par les consommateurs de drogue. 7.9 Discuter avec ses pairs des valeurs qu'ils considéreraient face à la décision de prendre ou non des drogues. 7.10 Imaginer d'autres possibilités que la consommation de drogues. 7.11 Connaître les aspects légaux de la consommation des drogues.				11.3 Reconnaître que la décision de prendre de la drogue a des conséquences pour l'avenir de sa vie personnelle. 11.4 Compléter ses connaissances sur les aspects légaux de la consommation de drogues. 11.5 Constater que la consommation de drogues entraîne des dépenses importantes. 11.6 Constater que la consommation de drogues peut handicaper la vie de ses proches. 11.7 Reconnaître les droits des non-consommateurs de drogues. 11.8 Indiquer les premiers bénéficiaires de la consommation de drogues. 11.9 Indiquer de activités procurant certaines des satisfactions de la drogue sans pour autant en avoir les inconvénients.
8.1 Connaître les richesses que lui procure son environnement physique. 8.2 Reconnaître qu'il peut être un agent pollueur dans ses activités quotidiennes. 8.3 Observer les comportements des gens qui l'entourent en ce qui a trait au respect de l'environnement. 8.4 Indiquer parmi ces comportements ceux qui peuvent être considérés comme des comportements polluants. 8.5 Indiquer parmi les comportements polluants ceux qui font partie de ses habitudes de vie quotidienne. 8.6 Connaître d'autres comportements qui permettraient de protéger l'environnement.	8. Respecter l'environnement scolaire, familial et public.		12. Prendre des décisions favorables au respect de l'environnement physique et à la protection de la santé publique.	12.1 Indiquer divers milieu où les humains agissent souvent comme des agents pollueurs. 12.2 Nommer les types de pollution les plus fréquents dans ces endroits. 12.3 Reconnaître qu'il vit et aura à vivre en relation assez étroite avec plus d'un de ces milieux. 12.4 Reconnaître qu'il sera très sûrement affecté par les agissements polluants des autres. 12.5 Reconnaître qu'il aura lui aussi à se défaire de ses déchets. 12.6 Identifier certaines décisions qu'il aura à prendre pour sa protection personnelle et celle de l'environnement physique et humain.
9.1 Nommer divers loisirs possibles. 9.2 Dire avec ses propres termes ce que lui apporte personnellement la pratique de certains loisirs. 9.3 Discuter avec ses pairs sur ce qu'ils ressentent personnellement dans la pratique de certains loisirs. 9.4 Indiquer les bienfaits personnels qu'il recherche le plus dans certains loisirs.	9. Décrire sommairement les bienfaits personnels que divers loisirs peuvent apporter à chacun.	4. Prendre conscience de l'importance du loisir dans la planification de sa vie.	13. Estimer l'importance que devrait avoir le loisir dans sa vie.	13.1 Dégager les besoins auxquels le travail et les obligations de la vie quotidienne ne permettent pas de répondre complètement. 13.2 Discuter avec ses pairs de l'importance des besoins indiqués précédemment. 13.3 Nommer les conséquences de la non-satisfaction de ces besoins. 13.4 Indiquer le temps qu'il aimerait consacrer à ses loisirs actuellement et lorsqu'il entrera sur le marché du travail.

(suite à la page suivante)

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Que l'élève:	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Objectifs intermédiaires
10.1 Reconnaître que la plupart des adolescents sont amenés à assumer la garde d'enfants ou à assumer l'animation d'un groupe d'enfants. 10.2 Connaître les responsabilités que comporte la garde d'enfants. 10.3 Dresser la liste des désirs des parents donnant leur enfant à garder. 10.4 Dire pourquoi il est utile de connaître les attentes des parents qui font garder leurs enfants. 10.5 Indiquer les principaux accidents pouvant survenir alors qu'il assume la garde d'enfants ou lorsqu'il doit animer un groupe d'enfants. 10.6 Établir un répertoire d'activités susceptibles d'intéresser et de développer les enfants dont il a la charge. 10.7 Décrire ce qu'il doit faire en cas d'accident ou d'urgence alors qu'il assume la garde d'enfants. 10.8 Décrire ce qu'il doit faire pour assurer sa sécurité lorsqu'il a la garde d'enfants.	**10.** Acquérir une connaissance suffisante des préalables à la prise en charge d'enfants.	**5. Se prépare à la prise en charge de responsabilités envers sa santé et la santé des autres.**	**14.** Donner les premiers soins concernant les blessures les plus courantes.	14.1 Nommer les blessures les plus courantes dont peuvent être victimes les personnes de son entourage. 14.2 Indiquer la première décision que doit prendre le secouriste en situation d'urgence. 14.3 Décrire pour chacune des blessures mentionnées plus haut le comportement à adopter. 14.4 Indiquer les responsabilités du secouriste qui donne les premiers soins à un blessé. 14.5 Appliquer les soins à donner en cas d'asphyxie. 14.6 Démontrer deux méthodes de respiration artificielle. 14.7 Expliquer les procédures à suivre en cas d'inconscience. 14.8 Appliquer les soins à donner en cas d'hémorragie. 14.9 Appliquer les soins à donner en cas de fracture. 14.10 Indiquer les soins à donner en cas de brûlures légères. 14.11 Indiquer les soins à donner en cas de blessures à l'oeil. 14.12 Indiquer les soins à donner en cas d'engelures. 14.13 Prendre le pouls. 14.14 Identifier les raisons d'appliquer des bandages. 14.15 Appliquer correctement les bandages. 14.16 Montrer diverses méthodes sécuritaires et pertinentes de transporter un blessé. 14.17 Indiquer l'attitude que doit adopter le secouriste à l'égard d'un blessé.
11.1 Distinguer premiers soins et traitement. 11.2 Décrire le type d'intervention pratiquée en cas de premiers soins. 11.3 Décrire l'attitude générale à adopter en cas de premiers soins. 11.4 Décrire le comportement général à adopter en cas de premiers soins. 11.5 Démontrer les soins à donner en cas d'urgence respiratoire. 11.6 Décrire les premiers soins à donner en cas d'hémorragie causée par une coupure grave ou une plaie. 11.7 Indiquer les premiers soins à donner en cas d'entorse et de fracture. 11.8 Indiquer les actions à entreprendre en cas de blessure au dos ou au cou. 11.9 Indiquer les premiers soins à donner en cas de brûlures. 11.10 Dire ce qu'il faut faire en cas d'empoisonnement.	**11.** Décrire les consignes de base en vue de donner les premiers soins.		**15.** Faire appel aux services de santé dont il a besoin.	15.1 Établir une liste des services de santé qu'il connaît. 15.2 Comparer sa liste avec celle de ses pairs. 15.3 Avec ses pairs, compléter la liste des services de santé. 15.4 Décrire les divers services offerts par ces personnes ou ces organismes. 15.5 Localiser sur son territoire les différents services offerts. 15.6 Discuter avec ses pairs les raisons d'utiliser les services de santé.

(suite à la page suivante)

PREMIER CYCLE		Objectifs généraux	DEUXIÈME CYCLE	
Objectifs intermédiaires	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Que l'élève:	Objectifs terminaux L'élève sera capable de:	Objectifs intermédiaires
			18. Décrire sommairement les droits, les responsabilités et les ressources concernant la protection des travailleurs.	16.1 Indiquer les aspects à considérer pour assurer la santé des travailleurs. 16.2 Indiquer les divers responsables de la santé des travailleurs. 16.3 Décrire sommairement les responsabilités générales de chacun des responsables de la santé des travailleurs. 16.4 Indiquer sommairement les droits du travailleur dans le domaine de la santé. 16.5 Nommer les ressources médicales mises à la disposition des travailleurs. 16.6 Indiquer les sources d'information lui permettant de compléter sa connaissances des problèmes de la santé au travail.

TABLEAU 2
RÉPARTITION DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE SELON LES THÈMES DE TRAVAIL, L'OBJECTIF TERMINAL ET LA CLASSE

CYCLE	THÈMES DE TRAVAIL	OBJECTIF TERMINAL	ACTIVITÉS (N)*				
			1e	2e	3e	4e	5e
1er CYCLE	• Problématique santé	1. Démontrer que la satisfaction des besoins permet de maintenir le bon fonctionnement de l'organisme et de le développer intégralement.	(1)				
	• Hygiène corporelle	2. Appliquer les règles d'hygiène corporelle qui conviennent aux adolescents.	(1)	(1)			
	• Hygiène mentale	3. Indiquer les besoins qu'il faut satisfaire pour être bien dans sa peau.		(1)			
	• Les véhicules	4. Exposer les différents points à considérer en vue de la conduite de véhicules autorisés à l'âge de l'adolescence**.		(1)			
	• Outils dangereux	5. Utiliser adéquatement les outils dangereux pouvant être mis à sa disposition.	(3)				
	• L'incendie	6. Appliquer les consignes de base relatives aux incendies.	(1)				
	• Drogues	7. Dégager les éléments de valeurs sous-jacents à la décision de prendre ou non des drogues à des fins médicales.	(1)	(1)			
	• La pollution	8. Respecter l'environnement scolaire, familial et public.	(1)	(1)			
	• Les loisirs	9. Décrire sommairement les bienfaits personnels que divers loisirs peuvent apporter à chacun.		(1)			
	• Charge d'enfants	10. Acquérir une connaissance suffisante des préalables à la prise en charge d'enfants.	(1)				
	• Premiers soins	11. Décrire les consignes de base en vue de donner les premiers soins.	(1)	(1)			
		TOTAL:	10	7			
2e CYCLE	• Problématique santé	1. Décrire sommairement les problèmes associés à la conservation de la santé.					(1)
	• Habitudes alimentaires	2. Évaluer certaines habitudes alimentaires courantes chez les adolescents et les adultes.			(1)	(1)	(1)
	• Hygiène corporelle	3. Évaluer la cohérence entre ses connaissances et ses pratiques sur le plan de l'hygiène corporelle.			(1)		
	• Hygiène mentale	4. Illustrer l'importance d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure.				(1)	(1)
	• Les véhicules	5. Analyser l'aspect risque que fait courir l'utilisation de l'automobile**.					
		6. Choisir judicieusement les moyens de transports nécessaires pour se rendre au travail et occuper ses loisirs**.			(1)		
	• Outils dangereux	7. Prévenir les accidents dans un atelier.					(1)
		8. Indiquer les points à considérer avant d'utiliser des armes à feu.			(2)		
	• Produits dangereux	9. Prévenir les accidents liés aux produits industriels.			(1)		
	• L'incendie	10. Énoncer certaines règles de sécurité incendie concernant les endroits publics et à la maison.			(1)	(1)	(1)
	• Drogues	11. Prendre des décisions éclairées à l'égard de la consommation de drogues.			(1)	(1)	(1)
	• Pollution	12. Prendre les décisions favorables au respect de l'environnement physique et à la santé publique.				(1)	
	• Loisirs	13. Estimer l'importance que devrait avoir le loisir dans sa vie.					(1)
	• Premiers soins	14. Donner les premiers soins concernant les blessures les plus courantes.			(1)	(1)	(1)
	• Services de santé	15. Faire appel aux services de santé dont il a besoin.				(1)	
	• Santé en milieu de travail	16. Décrire sommairement les droits, les responsabilités et les ressources concernant la protection des travailleurs.					(2)
		TOTAL:			8	8	9

*La lettre (N) indique le nombre d'activités d'apprentissage présentées dans ce guide.

Se référer à l'annexe II pour obtenir la répartition des activités d'apprentissage contenues dans le guide - **La sécurité routière à l'école -.

TABLEAU 3

RÉPARTITION DES THÈMES, DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE ET DU TEMPS D'ENSEIGNEMENT SELON LES CLASSES

PREMIÈRE ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
1.1 Problématique santé	1.1.1 Les naufragés	60 minutes
1.2 Hygiène corporelle	1.2.1 Je m'informe	60 minutes
1.4 Les véhicules	**	
1.5 Outils dangereux	1.5.1 Les dangers des outils	60 minutes
	1.5.2 Utilisation, rangement, vêtement	60 minutes
	1.5.3 Maniement	60 minutes
1.6 L'incendie	1.6.1 En cas de feu, je sais m'en sortir	60 minutes
1.7 Drogues	1.7.1 Info-drogues	120 minutes
1.8 La pollution	1.8.1 Je respecte l'environnement où je vis	60 minutes
1.10 Charges d'enfants	1.10.1 Moi, je l'aime mon gardien	120 minutes
1.11 Premiers soins	1.11.1 Pas de panique!...	60 minutes

DEUXIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
2.2 Hygiène corporelle	2.2.1 Je revendique	60 minutes
2.3 Hygiène mentale	2.3.1 Bien dans ma peau?	120 minutes
2.4 Les véhicules	2.4.1 Moi, j'embarque prudemment	60 minutes
	Autres activités**	
2.7 Drogues	2.7.1 Silence, on s'exprime	60 minutes
2.8 La pollution	2.8.1 Partout, un environnement respecté	60 minutes
2.9 Les loisirs	2.9.1 Le loisir, un bienfait dans ma vie	60 minutes
2.11 Premiers soins	2.11.1 Que faire?	120 minutes

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités d'apprentissage présentées dans le guide « **La sécurité routière à l'école** ».

TABLEAU 3 (suite)

RÉPARTITION DES THÈMES, DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE ET DU TEMPS D'ENSEIGNEMENT SELON LES CLASSES

TROISIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
3.2 Habitudes alimentaires	3.2.1 Avantage pour... avantage contre	120 minutes
3.3 Hygiène corporelle	3.3.1 Les bonnes raisons	60 minutes
3.5 Les véhicules	**	
3.7 Outils dangereux	3.7.1 Dans les ateliers... en sécurité	120 minutes
3.9 Produits dangereux	3.9.1 Les produits dangereux et leurs dangers	60 minutes
	3.9.2 Prévenir, c'est mieux!	60 minutes
3.10 L'incendie	3.10.1 La sécurité incendie, ça me concerne	60 minutes
3.11 Drogues	3.11.1 Je veux, je veux pas	60 minutes
3.14 Premiers soins	3.14.1 S.O.S.! Détresse respiratoire!	120 minutes

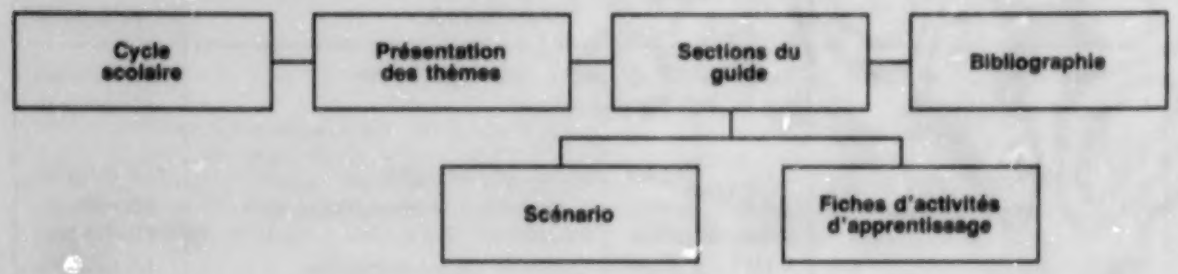
QUATRIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
4.2 Habitudes alimentaires	4.2.1 Régime miracle	120 minutes
4.4 Hygiène mentale	4.4.1 Comment ça va?	60 minutes
4.5 Les véhicules	**	
4.8 Les véhicules	**	
4.11 Drogues	4.11.1 Disparue la drogue!...	60 minutes
4.12 La pollution	4.12.1 La pollution, ça me regarde!	60 minutes
4.14 Premiers soins	4.14.1 Faisons le point	60 minutes
4.15 Services de santé	4.15.1 J'ai mon bottin	120 minutes

CINQUIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
5.1 Problématique santé	5.1.1 À votre santé	60 minutes
5.2 Habitudes alimentaires	5.2.1 Une question d'équilibre	120 minutes
5.4 Hygiène mentale	5.4.1 On improvise	60 minutes
5.5 Les véhicules	**	
5.6 Les véhicules	**	
5.8 Outils dangereux	5.8.1 La sécurité et les armes à feu	60 minutes
5.11 Drogues	5.11.1 Le référendum	60 minutes
5.13 Les loisirs	5.13.1 Les loisirs, c'est important	60 minutes
5.14 Premiers soins	5.14.1 Info-secours, bonjour!	60 minutes
5.16 Santé et sécurité en milieu de travail	5.16.1 La loi de la santé et de la sécurité au travail	60 minutes
	5.16.2 La loi sur les accidents de travail et les maladies professionnelles	60 minutes

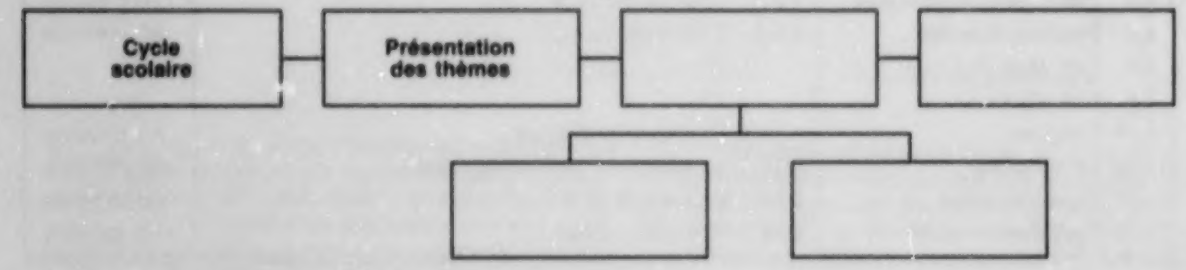
** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités d'apprentissage présentées dans le guide « **La sécurité routière à l'école** »

4. STRUCTURE DU GUIDE D'ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE

4.1 STRUCTURE GÉNÉRALE



Le guide d'activités d'apprentissage en éducation à la santé au secondaire se divise en deux grandes parties; le *1er cycle* et le *2e cycle*. En introduction à chacun des cycles, l'enseignant trouvera une *présentation des thèmes* de travail proposés pour un cycle donné. Viennent ensuite les *sections du guide* qui correspondent aux classes d'un cycle donné. Finalement, une *bibliographie* est présentée à l'enseignant pour les deux cycles du secondaire.



La présentation des thèmes de travail constitue un recueil d'informations générales sur tous les thèmes étudiés à l'intérieur d'un cycle scolaire. Cette présentation s'adresse aux enseignants de chacune des classes de ce cycle et sert uniquement à les sensibiliser aux divers sujets traités en éducation à la santé. L'enseignant désireux d'approfondir sa réflexion et sa recherche sur un thème est invité à consulter les ouvrages cités en bibliographie.

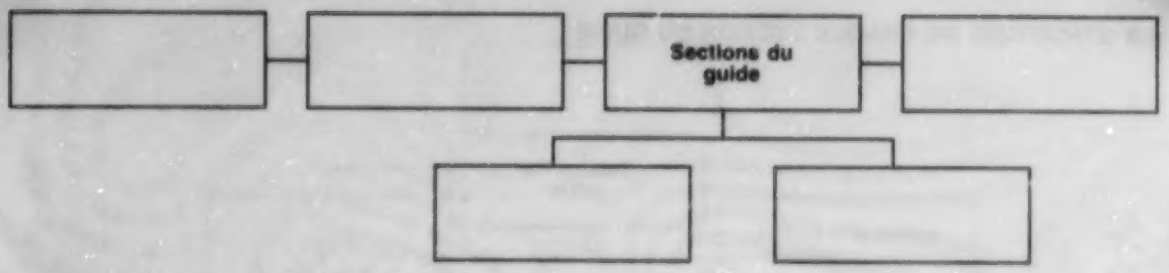
- ***Relation du thème avec les autres volets du programme***

En plus de fournir à l'enseignant des informations sur des thèmes de travail détaillés en éducation à la santé, la présentation des thèmes signale les relations possibles d'un thème avec les autres volets du programme d'études de « Formation personnelle et sociale ». Comme ce programme comporte cinq volets ayant des incidences les uns sur les autres (cf. programme p. 25), il importe à l'enseignant de permettre à l'élève de saisir les répercussions qu'auront telle attitude ou tel comportement dans un domaine précis par rapport aux autres dimensions de sa vie.

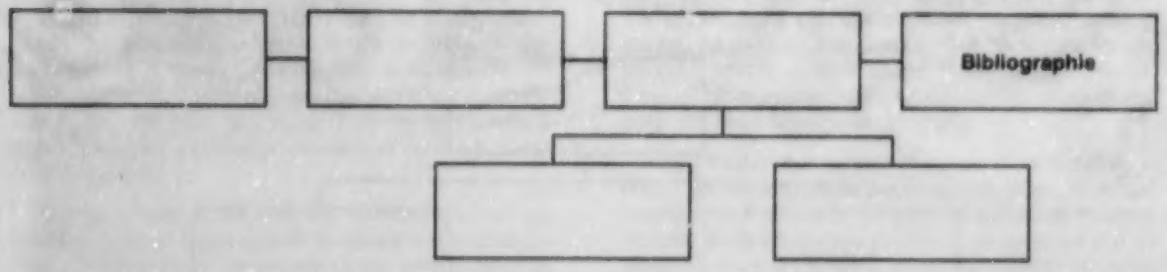
- ***Relation du thème avec les autres programmes***

L'enseignant trouvera finalement dans la présentation des thèmes les relations possibles d'un thème de travail avec les autres programmes d'études.

Ainsi, il se peut qu'un thème de travail en éducation à la santé ait des liens étroits avec certains thèmes développés dans les autres programmes d'études. Les enseignants concernés pourraient, après concertation, poursuivre les objectifs de deux programmes par la même activité d'apprentissage et favoriser ainsi l'intégration des matières.



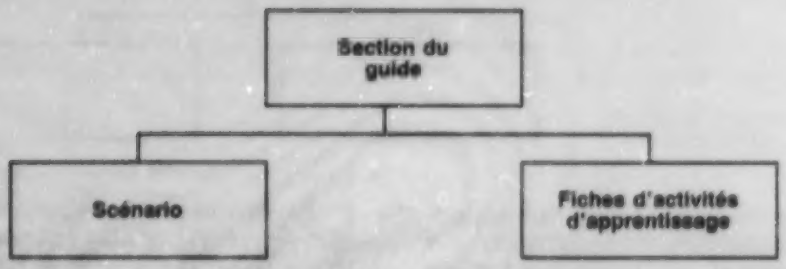
Comme il en a été question dans l'introduction à ce guide, les objectifs du volet « Éducation à la santé » au secondaire ont été répartis entre chacune des classes de chaque cycle scolaire. On entend ici par « section du guide » l'ensemble des objectifs poursuivis dans une classe donnée ainsi que les activités d'apprentissage qui y sont reliées. Par exemple, l'enseignant de troisième année trouvera à la Section III du guide les objectifs et les activités proposés pour les élèves de cette classe.



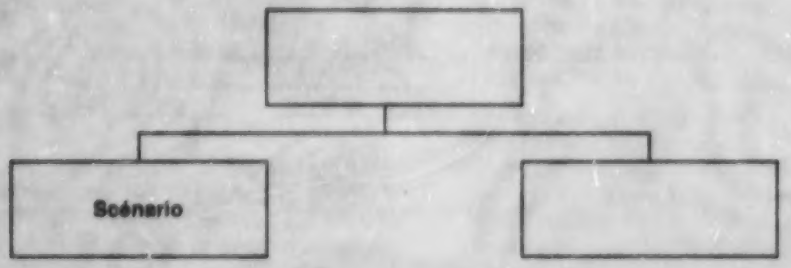
À la fin de ce guide, l'enseignant trouvera une bibliographie portant sur les thèmes de travail proposés aux deux cycles. Cette bibliographie constitue pour l'enseignant un outil précieux pour sa préparation de classe. De plus, sous cette même rubrique, une liste de matériel didactique (livres pour les élèves, audio-visuels, jeux, etc.) pouvant enrichir les activités et en favoriser la réalisation est présentée à l'enseignant.

Cette bibliographie est suivie de deux annexes. On trouvera à l'annexe I une liste d'adresses utiles et à l'annexe II des informations sur le guide d'activités intitulé « La sécurité routière à l'école » produit par la Régie de l'assurance automobile du Québec.

4.2 STRUCTURE DE CHAQUE SECTION DU GUIDE



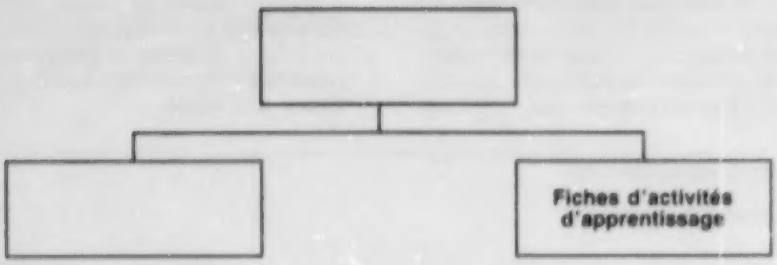
Le guide d'activités d'apprentissage en éducation à la santé au secondaire comporte 5 sections, chacune correspondant à une classe. Chaque section comporte deux parties: le *scénario* et les *fiches d'activités d'apprentissage*.



Chaque section débute par un scénario. Cette première partie propose à l'enseignant d'une classe, une sélection de thèmes de travail ainsi que des activités d'apprentissage liées à ces thèmes. Ce découpage couvre une année scolaire complète. Le scénario constitue en somme le plan de travail de l'année.

Toutefois, ce scénario proposé pour chaque classe ne représente qu'un cadre de travail fonctionnel. Il appartiendra toujours à l'équipe-école de modifier au besoin cette répartition des thèmes ainsi que les activités suggérées, selon les besoins et les caractéristiques du milieu.

Les activités concernant la sécurité routière sont présentées dans le guide « La sécurité routière à l'école ». Le scénario de ces activités se trouve à l'annexe II du présent guide et une note informe l'enseignant chaque fois qu'il devra se référer à ce scénario.



Ainsi qu'il a été mentionné précédemment, chaque thème de travail est accompagné d'un certain nombre de fiches d'activités d'apprentissage pour chaque classe.

- ***Comment lire une fiche d'activité d'apprentissage?***

On entend ici par « fiche d'activité d'apprentissage » l'ensemble des informations et outils nécessaires à l'enseignant pour réaliser avec ses élèves une activité d'apprentissage susceptible de favoriser chez ceux-ci la poursuite d'un ou de plusieurs objectifs terminaux assignés dans le volet « Éducation à la santé ».

Chaque fiche d'activité est élaborée selon un modèle unique comprenant toujours deux catégories d'informations: les informations préalables à la réalisation de l'activité (première page de la fiche) et les informations relatives à l'activité proprement dite (deuxième page de la fiche).

- ***Informations préalables à la réalisation de l'activité***

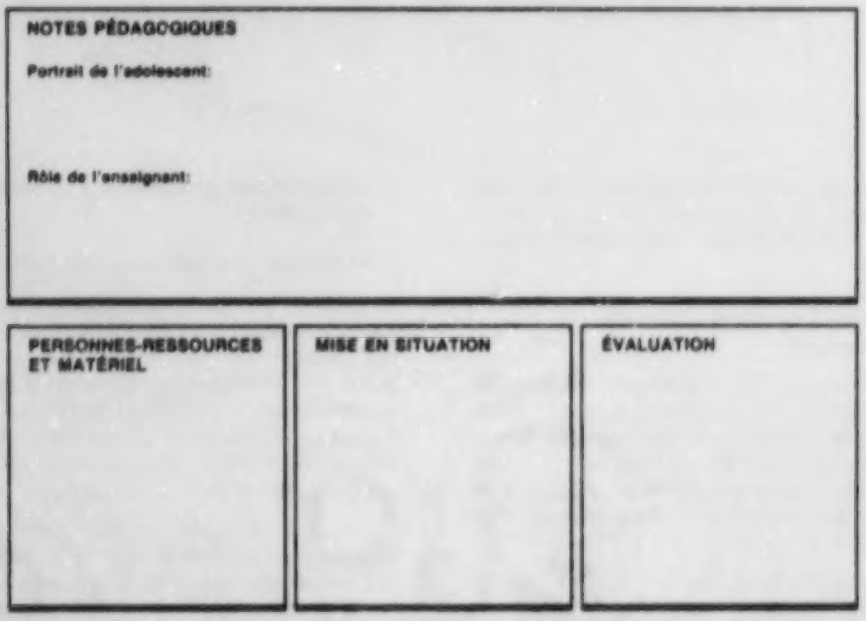
- ***Rappel des éléments du programme***

La première partie de la fiche constitue un rappel des éléments du programme qui sont touchés par l'activité, tels le thème de travail, l'objectif terminal visé ainsi que les objectifs intermédiaires et les éléments d'apprentissage. Sur certaines fiches, les éléments d'apprentissage étant très complexes, il serait alors préférable d'en référer au programme pour en obtenir la liste complète.

On y trouve également le numéro de la fiche, le titre, l'année suggérée pour cette activité, le temps approximatif requis ainsi que la relation des objectifs intermédiaires visés par l'activité avec les autres objectifs intermédiaires d'un même objectif terminal. Toutes ces informations apparaissent au début de chaque fiche dans le tableau suivant.

THÈME: TITRE DE L'ACTIVITÉ:		Fiche
OBJECTIF TERMINAL (n° page)	ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE	Année Temps Relations avec les autres O.I.
OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)		

L'enseignant doit considérer ces informations en tant que lignes directrices de l'activité d'apprentissage. Ainsi, la préoccupation constante de l'enseignant devra être la poursuite des objectifs que vise l'activité dans son déroulement pratique. L'activité d'apprentissage doit être considérée non pas comme une fin en soi, mais comme un *moyen* pour les élèves de parvenir globalement ou en partie, à atteindre l'objectif terminal fixé par le volet « Éducation à la santé ».



- ***Notes pédagogiques***

Lorsque l'enseignant se sera situé par rapport aux objectifs poursuivis par l'activité d'apprentissage, il pourra prendre connaissance des notes pédagogiques dans lesquelles sont consignés deux types d'informations: les informations concernant le *portrait de l'adolescent* et les informations concernant le *rôle de l'enseignant*.

Portrait de l'adolescent

Sous cette rubrique, l'enseignant obtiendra des informations sur les besoins de l'adolescent, son niveau de développement et son vécu, en regard du thème traité dans l'activité d'apprentissage.

Précisons ici que le terme « adolescent » sera utilisé pour caractériser l'ensemble des élèves tant au 1er cycle qu'au 2e cycle du secondaire. L'adolescence se définit ici comme la période au cours de laquelle les jeunes atteignent la maturité physique, psychologique et sociale. Elle s'échelonne généralement entre 12 et 17 ans. Le terme « adolescence » englobe celui de « puberté », souvent utilisé pour désigner la période de maturation du point de vue strictement physiologique et physique.

Rôle de l'enseignant

Sous cette rubrique, l'enseignant trouvera des suggestions concernant les façons d'être et de faire pour assurer la réussite de l'activité d'apprentissage. Ces attitudes et comportements seront aussi un rappel des trois grands rôles de l'enseignant lors du processus d'apprentissage, à savoir les rôles de *catalyseur*, de *facilitateur* et de *dépisteur*.

Les informations relatives aux notes pédagogiques apparaissent à la suite du rappel des éléments du programme.

- ***Personnes-ressources et matériel***

Cette section de la fiche propose à l'enseignant des personnes-ressources capables de l'aider à la préparation et/ou à la réalisation de l'activité. Sous cette rubrique, il est fait également mention du matériel didactique (audio-visuels, volumes) et du matériel de soutien (feuille-support, matériel d'arts plastiques) requis pour l'activité.

- ***Mise en situation***

Dans la section « Mise en situation », il est proposé à l'enseignant un moyen d'amorcer l'activité de façon à susciter dès le départ chez les élèves leur motivation à s'impliquer dans l'apprentissage.

- ***Évaluation***

Parallèlement à la mise en situation, l'enseignant trouvera une section « Évaluation » qui présente les éléments à évaluer lors de la mise en situation, ainsi que les instruments de mesure requis pour cette évaluation.

Ces informations ne sont présentées que si la mise en situation situe l'élève à la première étape du processus d'apprentissage à savoir *la question ou le problème**, étape qui appelle une évaluation. Lorsque cette étape du processus d'apprentissage est absente de la mise en situation, elle surviendra alors tout au début du déroulement de l'activité. Les informations relatives à l'évaluation de cette étape seront donc consignées sur la deuxième page de la fiche d'activité d'apprentissage.

Les sections « Personnes-ressources et matériel », « Mise en situation » et « Évaluation » apparaissent à la première page de la fiche d'activité d'apprentissage, à la suite des notes pédagogiques.

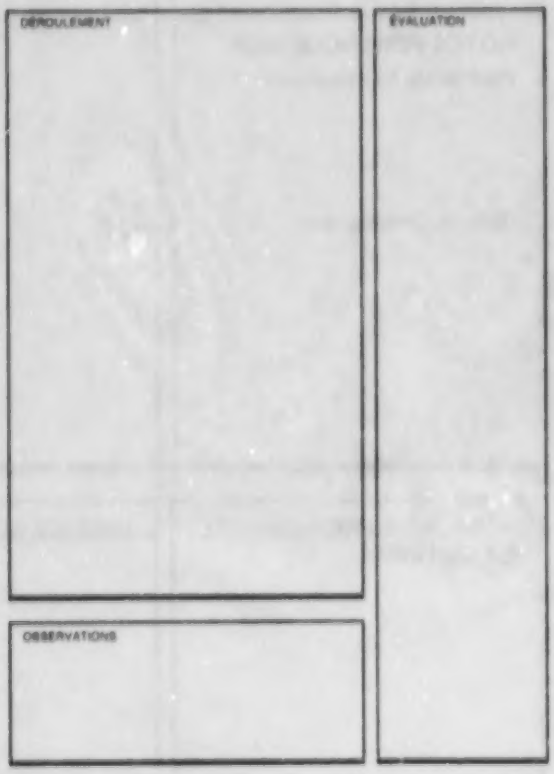
- ***Informations relatives à l'activité proprement dite***

Une fois que l'enseignant a pris connaissance des informations préalables à l'activité, il lui est maintenant possible de procéder à la réalisation de l'activité suggérée dans la fiche.

Pour ce faire, la deuxième page de la fiche présente le déroulement complet de l'activité suggérée, c'est-à-dire toutes les étapes à effectuer pour réaliser l'activité. Parallèlement au déroulement, des éléments d'évaluation sont fournis pour chacune des étapes du processus d'apprentissage: *question ou problème* (lorsque l'étape n'apparaît pas lors de la mise en situation), *exploration découverte* et *action unifiante*, ceci dans le but de permettre une évaluation progressive et continue du cheminement des élèves.

À certaines activités s'ajoute un enrichissement dont l'utilisation est laissée à la discrétion de l'enseignant.

Enfin, au bas de la fiche, un espace est réservé à l'enseignant qui désire inscrire ses *observations* sur le déroulement de l'activité.



* Les informations relatives aux étapes du processus d'apprentissage ainsi qu'à l'évaluation des apprentissages sont présentées dans le guide pédagogique.

THÈME:
TITRE DE L'ACTIVITÉ:

Fiche

OBJECTIF TERMINAL (n° , page)

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

Année

Temps

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent:

Rôle de l'enseignant:

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

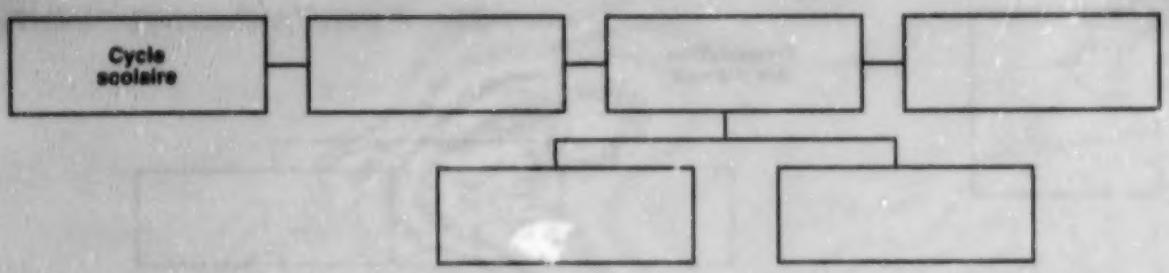
MISE EN SITUATION

ÉVALUATION

DÉROULEMENT

ÉVALUATION

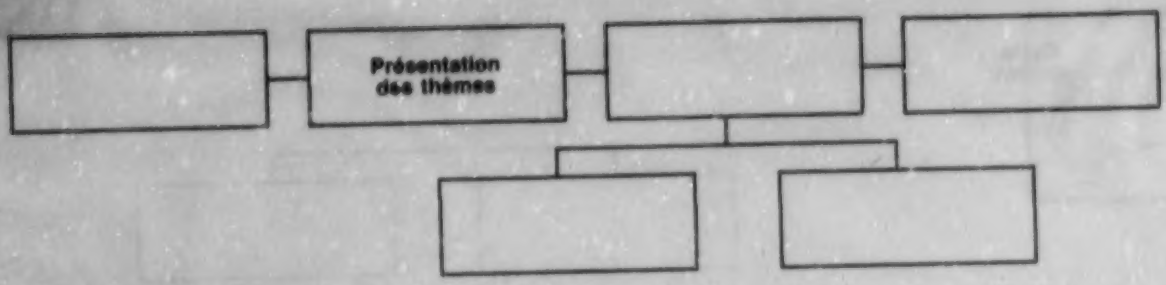
OBSERVATIONS



PREMIÈRE PARTIE

SECONDAIRE

1er cycle


Présentation
des thèmes

THÈME: PROBLÉMATIQUE SANTÉ

Ce thème est abordé par le biais de la connaissance de ses besoins et de ce que leur satisfaction apporte au bon fonctionnement de l'organisme et à son développement intégral.

Plusieurs auteurs ont élaboré des théories sur les besoins. Abraham Maslow, psychologue américain, a établi une pyramide hiérarchique des besoins à la base de laquelle sont inscrits les besoins concernant les exigences et les nécessités corporelles: manger, boire, respirer, etc. Puis se succèdent dans la pyramide les besoins de sécurité, d'appartenance et d'amour, d'estime de soi et de réalisation de soi. Selon lui, l'émergence des besoins supérieurs n'est possible que lorsque les besoins de base sont satisfaits. Toujours selon Maslow, la régularité de la satisfaction des besoins prévient la maladie, tandis que la frustration ou la non-satisfaction la provoque. En effet, nous avons moins de chance d'être malade lorsque nous sommes à l'aise « dans notre peau » et que nous tenons compte des besoins et des capacités de notre organisme.

Chaque jour, plus ou moins consciemment, nos façons de répondre à nos besoins influencent notre santé. En effet, le mode et le degré de satisfaction de ces besoins ainsi que l'environnement physique et humain dans lequel l'individu évolue, seront déterminants pour l'équilibre ou le déséquilibre de l'organisme. Le mode de satisfaction des besoins varie d'un individu à l'autre et est influencé par une foule de facteurs (âge, personnalité, pairs, culture, climat, etc.)

L'activité proposée au premier cycle du secondaire permettra aux élèves de prendre conscience de l'ensemble des besoins physiques, phychologiques et sociaux qu'ils doivent satisfaire pour assurer le bon fonctionnement de leur organisme et pour le développer intégralement.

- ***Relation avec les autres volets:***

Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 2, 1er cycle secondaire).

- ***Relation avec les autres programmes:***

Ce thème est en relation avec les programmes d'économie familiale et d'enseignement moral lorsqu'ils traitent des besoins.

THÈME: HYGIÈNE CORPORELLE

L'hygiène est un ensemble de mesures relatives au maintien et à l'amélioration de la santé. Les soins et les habitudes de vie contribuant au fonctionnement harmonieux de l'organisme sont des éléments qui favorisent le bien-être physique et mental et, de ce fait, conditionnent la santé de la personne.

Les adolescents deviennent plus indépendants face aux parents et ont à faire des choix personnels concernant les différentes habitudes d'hygiène. Ils sont souvent ambivalents face à ces habitudes: il peut y avoir rejet ou excès dans la pratique des règles d'hygiène. Étant donné que le comportement de l'adolescent est fortement influencé par l'opinion du groupe auquel il appartient, il est indispensable que ce groupe soutienne des règles valables. Il est important de lui fournir une information adéquate et de lui permettre de réfléchir et de s'exprimer sur ces sujets.

Les activités suggérées au premier cycle du secondaire traitent des nouvelles règles d'hygiène déterminées par les changements physiologiques se produisant au début de l'adolescence; les tabous, la gêne, les rythmes de croissance différents et une certaine pudeur ne facilitent pas l'échange sur ces sujets. Il est aussi question de certaines règles déjà abordées au primaire (hygiène dentaire, sommeil, activité physique, etc.), car les bonnes habitudes inculquées par les parents dans l'enfance ne persistent pas nécessairement au début de l'adolescence.

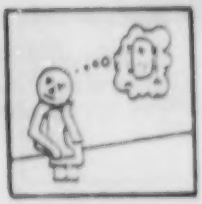
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la sexualité » (O.T. 1, 2, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la consommation » (1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'économie familiale au chapitre de la satisfaction des besoins, particulièrement lorsqu'il s'agit d'établir un programme d'habitudes de vie favorisant le maintien de la santé chez l'adolescent, et au chapitre des besoins et des ressources par rapport à l'habillement.

THÈME: HYGIÈNE MENTALE



La santé mentale est un concept qui a longtemps été associé à l'idée de maladie mentale. Aujourd'hui, une nouvelle conception de la santé mentale se réfère, entre autres, à une façon de vivre qui permet à l'individu « d'être bien dans sa peau » et d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure. Ce concept ne dissocie par le continuum corps-esprit. En effet, le corps et l'esprit sont si intimement liés qu'un dysfonctionnement de l'un paralyse l'autre plus ou moins profondément. Si le thème de l'hygiène mentale est abordé séparément, ce n'est pas pour l'isoler mais pour l'examiner de plus près.

Une multitude de facteurs bio-psycho-sociaux interdépendants conditionnent la santé mentale. Certains de ces facteurs échappent à la volonté de la personne. Cependant, de saines habitudes d'hygiène mentale donnent à cette dernière des moyens de vivre de façon harmonieuse et d'affronter les problèmes de façon plus réaliste.

L'état de bien-être caractérisant la santé mentale résulte des besoins harmonieusement satisfaits, d'un équilibre dynamique entre la personne et son environnement. Être en harmonie avec soi et avec l'environnement, c'est d'abord se connaître, tâche pas toujours facile et jamais accomplie une fois pour toutes. C'est aussi s'accepter et s'aimer comme on est, se sentir aimé, se faire confiance, avoir de la considération pour les autres et agir de façon autonome, c'est-à-dire utiliser ses ressources personnelles pour s'adapter à diverses situations et demander de l'aide en cas de besoin.

L'autonomie, facteur important dans la santé mentale, s'acquiert et s'exerce à travers des actions qui correspondent le plus possible aux caractéristiques personnelles de chaque individu. L'adolescent est en quête d'autonomie et chemine vers la conquête de son identité. L'adolescence est une période de transition entre le statut d'enfant et le statut d'adulte, qui se traduit par une ambivalence affective, une certaine insécurité et un immense besoin de contact avec les autres.

Les situations amenant l'élève à mieux se connaître, à prendre conscience de ses besoins et de ses aspirations, à découvrir ses aptitudes, à entrer en contact avec les autres et à apprendre à composer harmonieusement avec son entourage, favorisent l'acquisition de l'autonomie.

L'activité suggérée au premier cycle du secondaire invite les élèves à identifier les caractéristiques de personnes « bien ou mal dans leur peau » et à chercher des moyens simples, réalistes et à leur portée, susceptibles d'aider les adolescents à être « mieux dans leur peau ».

- ***Relation avec les autres volets***

Le thème de l'hygiène mentale est en relation avec les autres volets car ils englobent des composantes qui ont une influence sur la santé mentale.

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes d'éducation au choix de carrière, d'économie familiale et d'enseignement moral, lorsqu'ils traitent des besoins.

THÈME: LES VÉHICULES

Chaque année au Québec, la route fait des milliers de victimes. Les élèves du secondaire n'y échappent pas. En effet, ils ont accès au réseau routier selon les différents véhicules qu'ils utilisent (bicyclette, cyclomoteur, motocyclette, automobile). Ces adolescents sont à l'âge des contradictions et hésitent encore entre les besoins de soumission et d'autorité. C'est la période des folies de jeunesse où ils découvrent leurs capacités et leurs limites. Il ne faut donc pas se surprendre de les voir se comporter de façon irresponsable avec leur(s) véhicule(s). Les conséquences sont alors dramatiques pour eux et pour la société. La mort, les blessures graves affectant la qualité de leur vie, sont souvent le prix à payer.

Devant cette réalité, la Régie de l'assurance automobile du Québec et le ministère de l'Éducation ont collaboré pour inscrire dans le programme « Formation personnelle et sociale » des objectifs de sécurité routière regroupés sous le thème « les véhicules ».

On peut alors s'interroger sur la pertinence de placer la sécurité routière dans le volet santé. Être en santé, c'est vivre des choses intéressantes et réaliser des défis, mais c'est aussi éviter la maladie, la souffrance et la mort. Ainsi deux tendances opposées font partie du développement de la personne: la préservation et le développement de la vie. La santé assure l'équilibre entre ces deux tendances.

Parallèlement, la sécurité routière permet aux adolescents de réaliser des choses exceptionnelles en toute sécurité. La réalisation d'une randonnée de groupe à bicyclette, par exemple, fait prendre conscience aux participants de ces deux tendances: celle de craindre pour sa sécurité et celle de participer et d'atteindre le but fixé par la randonnée. À ce moment, la sécurité routière sert d'équilibre à la réalisation de cette randonnée et s'inscrit très bien dans la démarche du volet « Éducation à la santé ».

Tout au long des activités d'apprentissage en sécurité routière, les élèves sont invités à vivre par des simulations, des recherches et des exposés, plusieurs situations de risque, et ce, dans le contexte de l'utilisation des véhicules autorisés à l'âge de l'adolescence. Par des prises de conscience, des réflexions et des décisions ils sont amenés à analyser l'aspect risque lié à la conduite automobile et à évaluer les avantages et les désavantages des modes de déplacement face à leur travail et à leurs loisirs.

Cet ensemble de démarches ne garantit pas d'emblée l'adoption immédiate d'attitudes et de comportements favorables à la santé. Il s'agit plutôt d'un travail d'éducation à long terme. Nos jeunes ne sont pas toujours conscients des risques qu'ils représentent pour les autres.

Devant cette problématique, il apparaît indispensable de les éduquer à la sécurité routière, afin qu'ils modifient leurs habitudes et qu'ils deviennent des usagers de la route responsables d'eux mêmes et des autres.

- ***Relation du thème avec les autres volets***

Le volet « Éducation aux relations interpersonnelles », par l'objectif terminal 2 du 1er cycle, amène l'élève du secondaire à brosser un tableau des nouvelles possibilités de développement qui s'ouvrent à l'adolescence. L'une de ces possibilités est la conduite des véhicules autorisés à cet âge.

- ***Relation du thème avec les autres programmes***

Chacune des activités d'apprentissage sous le thème « les véhicules » comporte une note relative au lien que celle-ci pourrait entretenir avec d'autres programmes d'études au secondaire:

— Le programme d'enseignement moral lorsqu'il traite du respect de la vie et de celle des autres;

— Le programme de français, par des activités de compréhension et de production;

— Le programme d'arts plastiques, par des activités de représentation imagée.

THÈME: OUTILS DANGEREUX.

Nous sommes entourés d'équipements et d'outils de toutes sortes qui nous aident à accomplir différentes tâches à la maison, à l'atelier, à l'usine, au bureau... Ils sont de plus en plus indispensables.

Toutefois, la plupart d'entre eux peuvent présenter des risques à la santé et à la sécurité. Ces risques augmentent, par exemple, lorsque les conditions environnantes ne sont pas sécuritaires (mauvais éclairage, espace de travail restreint...), lorsque les dispositifs de sécurité ne sont pas mis en place, que l'équipement est en mauvais état suite à un manque d'entretien, ou encore lorsque l'utilisateur en connaît mal le fonctionnement. Des accidents peuvent également survenir si l'on est fatigué, distrait, pressé ou stressé.

L'étude de ce thème cherche à aider les jeunes à prendre davantage conscience des multiples risques auxquels ils peuvent s'exposer (les accidents, ça n'arrive pas seulement qu'aux autres). De plus, on tentera de les amener à respecter les principes élémentaires de sécurité et à leur accorder toute l'importance nécessaire.

Le choix des activités suggérées vise d'abord à développer chez le jeune une attitude préventive et à susciter un réflexe sécuritaire face aux divers outils et équipements. Un tel objectif mise prioritairement sur des moyens concrets de prévenir les risques: dans le choix de l'outil à utiliser, dans la façon de le manipuler, dans l'aménagement des lieux de travail et dans le port des équipements de protection.

Au premier cycle du secondaire, les jeunes auront surtout à prendre conscience des risques les plus évidents liés à l'utilisation d'outils connus et familiers.

Il serait souhaitable que l'enseignant puisse, avant d'aborder ce thème, discuter de la question avec des collègues du secteur professionnel, et même obtenir la collaboration de ces derniers pour une présentation en classe ou une visite d'atelier. L'utilisation des documents suggérés dans la bibliographie aidera à étoffer le contenu et servira éventuellement de déclencheur.

- ***Relation du thème avec d'autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'éducation technologique.

THÈME: L'INCENDIE

Il est reconnu que les incendies sont dus principalement à la négligence, à l'ignorance et à l'insouciance des gens; parfois, l'incendie est l'oeuvre d'un criminel.

Quelle que soit la cause de l'incendie, il est important de prendre toutes les mesures nécessaires pour éviter les risques inutiles et assurer ainsi sa survie et sa sécurité.

Les activités suggérées au premier cycle du secondaire insistent sur la prévention de l'incendie, les règles à suivre et les consignes de base concernant l'évacuation des lieux sinistrés.

On insiste particulièrement sur la connaissance des conditions nécessaires à la propagation du feu ainsi que sur la connaissance des plans d'évacuation des lieux fréquentés par les élèves pour éviter principalement la panique collective lors d'un incendie.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 6, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 5, 8, 1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme de sciences de la nature et d'économie familiale lorsqu'ils traitent des habitudes à prendre pour le maintien de la santé et de la vie.

THÈME: DROGUES

La consommation de drogues n'est pas un phénomène nouveau. Que ce soit pour entrer en contact avec les dieux, fêter les récoltes ou souligner les naissances, l'usage de différentes drogues remonte aux civilisations anciennes. De nos jours, les produits sont différents mais l'attrait demeure. Plusieurs drogues sont recherchées autant pour leurs effets que pour la signification personnelle et sociale.

Nous vivons à une époque où l'accessibilité à certaines drogues et l'incitation à consommer sont très grandes, où s'est développée une mentalité selon laquelle, pour chaque malaise existe un remède miracle. Les jeunes vivent dans un contexte social où la drogue est omniprésente et où ils sont fortement sollicités.

Ce phénomène de questionnement et d'expérimentation des différentes drogues (tabac, alcool et autres drogues) a cependant une signification particulière dans le contexte du développement des adolescents. À cet âge, ils sont à la recherche active de moyens d'identification, d'affirmation et d'appartenance. Consommer des drogues fait partie des moyens qu'ils se donnent pour s'affirmer, s'intégrer à un groupe, s'amuser, s'évader, expérimenter. Un pourcentage substantiel d'adolescents auront expérimenté certaines drogues à la fin de leur cours secondaire, sans cependant devenir des consommateurs réguliers et/ou abusifs.

Une communication empreinte de respect entre les adolescents et les adultes, la transmission d'une information juste et sans dramatisation excessive, un discours non moralisateur, sont des éléments qui favorisent une saine réflexion face à la drogue.

Par ailleurs, toute démarche développant la connaissance de soi, la capacité de solutionner ses problèmes et l'acquisition de saines habitudes de vie est un gage de santé constituant un moyen de prévention primordial à l'égard de la consommation de drogues.

Les activités suggérées au 1er cycle du secondaire permettent aux élèves de prendre conscience des motivations sous-jacentes à la décision de consommer des drogues et d'inventorier les alternatives valables procurant certaines des satisfactions recherchées dans la consommation de drogues.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 1, 2, 6, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 3, 4, 5, 8, 13, 14, 1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'enseignement moral de la 2e année du secondaire, module 5, lorsqu'il est question des choix, et avec le programme d'éducation au choix de carrière, module « exploration de soi et de son environnement » sous les thèmes de « la prise de décision » et de « la connaissance de soi ».

THÈME: LA POLLUTION

L'industrialisation des pays a contribué au mieux-être de l'humanité à plusieurs points de vue: scolarisation accrue, soins de santé, hausse de la richesse collective et de la productivité, etc. Cependant, l'industrialisation a aussi laissé dans son sillage des problèmes, dont la pollution.

De nature diversifiée et d'origines différentes, la pollution nous atteint partout: à la ville comme à la campagne, à la maison comme au travail, elle est présente dans l'air, dans l'eau et sur la terre.

L'étude de ce thème permettra aux jeunes de prendre conscience du phénomène de la pollution, d'en connaître les principales manifestations, de considérer les moyens de l'enrayer ou d'en restreindre l'ampleur, dans le but de protéger leur santé et celle des autres et de conserver à l'environnement son intégrité.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 6, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 5, 1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes d'économie familiale et d'enseignement moral lorsqu'il est question de la satisfaction des besoins et des programmes de sciences humaines et de sciences de la nature lorsqu'ils traitent du respect de l'environnement et des autres.

THÈME: LES LOISIRS

Ce thème aborde le loisir dans le sens d'un bienfait personnel dans la vie de l'adolescent.

Qu'il s'agisse de lecture, de sport, d'art..., chacun réagit différemment face à ces loisirs et aux avantages qu'on peut en retirer.

L'école devra faire prendre conscience à l'élève qu'il peut retirer un grand nombre de bienfaits à pratiquer des activités de loisir, bienfaits qui l'aideront dans sa vie d'aujourd'hui et celle de demain.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation aux relations interpersonnelles » (O.T. 2, 9, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 2, 3, 4, 5, 6, 1er cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 3, 8, 10, 1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes de sciences humaines, de sciences de la nature, d'enseignement moral et d'économie familiale lorsqu'ils traitent de la satisfaction des besoins.

THÈME: CHARGE D'ENFANTS

La plupart des adolescents sont amenés à assumer la garde d'enfants ou l'animation d'un groupe d'enfants. Les responsabilités découlant de ce type d'activités sont nombreuses et importantes.

Le début du secondaire est généralement le moment où l'adolescent, par besoin de gagner de l'argent et/ou par désir de rendre service, assume ces nouvelles tâches. Il est essentiel qu'il acquière une connaissance suffisante des préalables à la prise en charge d'enfants.

Les attentes des parents, les conduites sécuritaires à adopter pour assurer sa sécurité et celle des enfants, les gestes à poser lors de situations d'urgence, les activités susceptibles d'intéresser les enfants selon les groupes d'âge, voilà autant de notions et de responsabilités différentes qui doivent être connues de l'adolescent.

L'activité proposée au 1er cycle du secondaire invite les élèves à effectuer une recherche sur ces différentes notions et à partager les informations acquises avec leurs pairs.

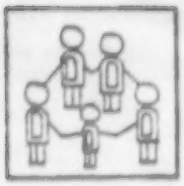
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation aux relations interpersonnelles » (T2, 7, 9, 1er cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec certains thèmes des programmes d'économie familiale et d'éducation au choix de carrière.

THÈME: PREMIERS SOINS



Malgré toutes les précautions que nous prenons, des accidents peuvent encore survenir dans certains cas. Dans notre vie quotidienne (à la maison, à l'école et au travail), nous pouvons être confrontés à des situations d'urgence, suite à un accident. Il devient alors impérieux que nous sachions quoi faire, comment agir dans de telles occasions. Notre intervention, si elle respecte les règles et les principes de base, peut sauver la vie et empêcher l'aggravation des blessures.

L'objectif n'est pas tant de faire de tous les élèves des secouristes chevronnés, mais plutôt de leur inculquer des notions fondamentales, de leur montrer les gestes essentiels à poser et de développer leur aptitude d'intervention en cas d'urgence.

Certes l'important est d'assurer le transport de la personne blessée à l'urgence, dans les plus brefs délais. Mais en attendant ce transfert, notre attitude et notre comportement peuvent être d'un grand secours.

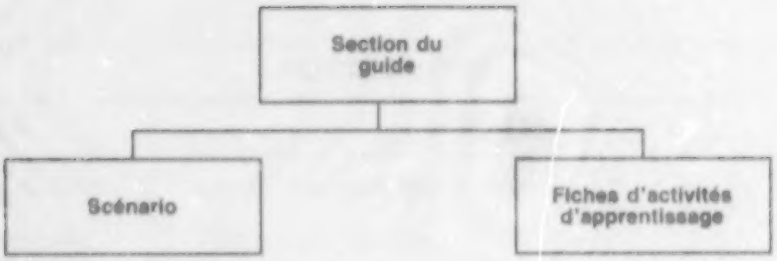
Lors des activités proposées au 1er cycle, les élèves aborderont ce thème surtout sous l'angle théorique: acquisition de notions de base, description des étapes à parcourir et des gestes à poser selon le type de blessure rencontrée.

Il serait souhaitable pour l'enseignant d'obtenir la collaboration d'un spécialiste (infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes) en vue d'un support technique ou pour approfondir ses connaissances, s'il ne possède pas les aptitudes requises. L'enseignant pourra également utiliser le guide d'activités élaboré par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire, dans lequel il trouvera plusieurs activités sur le thème des premiers soins. Ces activités permettront une étude plus fouillée de ce thème.

Nous avons employé le mot « soins » tout au long des activités par souci de conformité au terme utilisé dans le programme d'études, il serait cependant préférable d'utiliser le mot « secours », étant donné que les premiers soins sont ceux donnés uniquement par les médecins et que les premiers secours sont ceux donnés par les secouristes.

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'économie familiale lorsqu'il est question de la satisfaction des besoins et des ressources du milieu.



1

PREMIÈRE ANNÉE

Le scénario proposé est le suivant:

PREMIÈRE ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
1.1 Problématique santé	1.1.1* Les naufragés	60 minutes
1.2 Hygiène corporelle	1.2.1 Je m'informe	60 minutes
1.4 Les véhicules	**	
1.5 Outils dangereux	1.5.1 Les dangers des outils	60 minutes
	1.5.2 Utilisation, rangement, vêtement	60 minutes
1.6 L'incendie	1.6.1 En cas de feu, je sais m'en sortir	60 minutes
1.7 Drogues	1.7.1 Info-drogues	120 minutes
1.8 La pollution	1.8.1 Je respecte l'environnement où je vis	60 minutes
1.10 Charge d'enfants	1.10.1 Moi, je l'aime mon gardien	120 minutes
1.11 Premiers soins	1.11.1 Pas de panique!...	60 minutes

* Le premier chiffre précédant chaque titre d'activité d'apprentissage correspond à la classe, le second à l'objectif terminal du programme et le troisième à la séquence dans le nombre d'activités d'apprentissage.
Exemple: Les chiffres 1.1.1 signifient: première année, objectif terminal 1 du programme, première activité d'apprentissage.

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités présentées dans le guide « **La sécurité routière à l'école** ».

THÈME: Problématique santé
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Les naufragés »

Fiche 1.1.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 1, page 59)

Démontrer que la satisfaction des besoins permet de maintenir le bon fonctionnement de l'organisme et de le développer intégralement.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

1.1 Nommer les éléments qui caractérisent la notion de besoin.

1.2 Rappeler les divers besoins de l'organisme.

1.3 Classer ces besoins selon qu'ils sont liés au maintien du bon fonctionnement de l'organisme ou au développement intégral de la personne.

1.4 Rappeler les conséquences de satisfaire ou de ne pas satisfaire ces besoins.

1.5 Situer l'importance de satisfaire certains besoins de façon prioritaire.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Éléments: exigence de la nature, équilibre, force intérieure, développement, manque à combler, etc.
- Besoins: cf. programme du primaire
- Besoins liés au maintien de l'organisme: manger, boire dormir, se laver, faire de l'exercice, etc.
- Besoins liés au développement de la personne: besoin d'aimer, besoin d'être aimé, besoin de connaître, besoin de relever des défis et de prendre des décisions, etc.
- Conséquences: cf. programme du primaire, O.T. 1, 1er cycle.
- Hiérarchie des besoins (Maslow): faim et soif, sécurité, amour, estime, réaliser quelque chose par soi-même

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent a déjà été sensibilisé à la notion de besoin. Il est capable d'identifier ses principaux besoins et de chercher des moyens de les satisfaire mais ces moyens ne sont pas nécessairement toujours adéquats.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle de facilitateur lors du travail en équipe et, par la suite, d'animateur.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- Distribuer la feuille-support A et lire le texte avec les élèves.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt des élèves pour l'activité
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions des élèves
  — analyse des propos des élèves

DÉROULEMENT

1. Inviter les élèves à se grouper en équipe. Proposer d'inventorier les activités indispensables pour assurer leur survie (allouer environ 15 minutes).

2. Faire une mise en commun du travail des équipes, inscrire au tableau les activités et demander aux élèves d'identifier les besoins que ces activités permettent de satisfaire et ce qu'ils apportent à l'organisme.

3. Demander aux élèves d'identifier d'autres besoins, moins impérieux que les besoins de survie, mais tout aussi essentiels pour l'être humain.

   Favoriser un échange sur ce que la satisfaction de ces besoins apporte à la personne.

4. Conclure par un bref exposé sur la pyramide des besoins selon Maslow (cf. feuille-support B, contenu pour l'enseignant).

Enrichissement:

- L'élève inscrit dans son journal de bord les moyens qu'il se donne pour satisfaire ses besoins.
- Commenter le texte de la chanson de Claude Dubois **Besoin pour vivre** (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension des consignes
  - — acquis des élèves en regard de la notion de besoin
  - — connaissance qu'a l'élève de ses propres besoins et de l'importance de les satisfaire
- Mesure (comment):
  - — analyse des propos des élèves
  - — analyse des productions d'équipe
  - — questionnement oral

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension qu'a l'élève de la hiérarchie des besoins
  - — compréhension de l'importance de satisfaire certains besoins prioritaires
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral sur certains éléments de la pyramide des besoins
  - — faire appel à l'expression de l'opinion de l'élève concernant la satisfaction des besoins
  - — analyse des propos de l'élève

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.1.1)

Les naufragés

Le groupe dont tu fais partie effectuait une croisière dans le sud de l'océan Pacifique...

À la suite d'une violente tempête, le bateau a sombré et vous êtes les seuls survivants naufragés sur une île.

La terre la plus proche se trouve à environ 3 000 kilomètres.

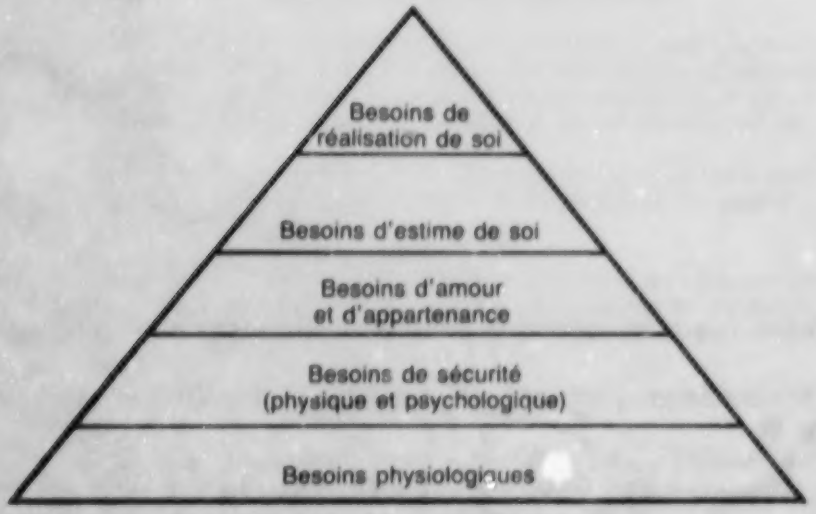
Dans l'île vivent des chèvres sauvages, du petit gibier, des serpents venimeux et des oiseaux exotiques. La température y est agréable le jour, mais il arrive souvent qu'il pleuve la nuit et qu'il fasse froid.

Vous venez de naufrager, vous êtes fatigués, harassés...

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.1.1)

Pyramide des besoins selon Maslow



Besoins physiologiques

La satisfaction minimale des besoins physiologiques est essentielle à l'émergence des besoins supérieurs.

Les besoins physiologiques comprennent les exigences et les nécessités corporelles: manger, boire, respirer, dormir... sont des besoins essentiels dont la non-satisfaction entraînerait la mort. D'autres besoins physiologiques moins impérieux n'en sont pas moins essentiels: besoins d'exercice, de détente, etc.

Besoins de sécurité physique et psychologique

L'enfant éprouve parfois fortement le besoin d'être sécurisé. Il a besoin d'être réconforté, protégé du danger, rassuré affectivement...

De l'enfance à l'âge adulte, il est presque impossible à l'être humain d'exploiter son potentiel si le climat de sécurité n'est pas assuré.

L'adulte adopte plusieurs mesures pour répondre à une besoin de sécurité: assurance-maladie (sécurité financière), santé et sécurité au travail (sécurité physique), engagement affectif dans le mariage (sécurité affective), assurance-vie (sécurité financière pour la descendance)...

Besoins d'amour et d'appartenance

Le besoin d'amour est un besoin très important, à tel point qu'un enfant complètement privé d'amour ne pourrait vivre. Pour être aimé, que ne fait-on pas! L'enfant prend tous les moyens: la gentillesse, les cris, les pleurs et même la délinquance. Ce besoin est essentiel et Éric Fromm souligne qu'il est « le plus puissant dynamisme de l'homme »[1]. Certaines personnes répondent à ce besoin de façon prioritaire.

Les relations d'amitié satisfont ce besoin prioritaire. De la même façon, le choix d'un lien hétérosexuel ou homosexuel, qu'il soit permanent ou passager, sert à combler ce besoin. Par bien d'autres moyens encore, l'être humain répond à cet important besoin psychologique.

Même si la famille demeure un élément de référence important, les jeunes trouvent généralement un grand plaisir à être en groupe avec leurs pairs. Le sentiment d'appartenance qui en résulte répond à un besoin essentiel et permet au jeune de soutenir sa recherche d'identification à travers ses relations sociales.

Besoins d'estime de soi

Le fait d'être reconnu comme une personne digne de respect amène le jeune à prendre conscience de sa propre valeur, à se percevoir comme une personne unique et pleine de potentiel et à se faire confiance. Cette vision positive de lui-même l'amène à accepter plus facilement ses limites et ses erreurs et lui permet de faire face aux événements difficiles avec plus de sérénité.

Besoins de réalisation

L'être humain a aussi besoin de créer, de produire, de se sentir utile... Il a besoin de se réaliser en accomplissant quelque chose. Même comblé au plan affectif, la personne demeure insatisfaite si elle ne réussit pas à produire des choses valables.

Selon les personnes, ce besoin se manifeste différemment: productions intellectuelles, artistiques, manuelles, scientifiques..., toutes permettent de s'accomplir et de se réaliser.

Répondre aux besoins précédents permet à la personne de s'actualiser, de vivre pleinement dans le présent.

La personne actualisée se prend en charge. Elle est son propre centre de décision: elle analyse, critique, évalue son expérience et fait les choix qui lui semblent les plus judicieux. Cela ne signifie pas qu'elle ne prend jamais conseil. Simplement, elle sait que la décision finale lui appartient.

De plus, l'actualisation implique une action sur l'environnement. La personne, après avoir identifié ses besoins et fait ses choix, trouve et utilise les moyens lui permettant d'obtenir satisfaction. Elle se sent responsable d'elle-même et de sa vie; elle est autonome, capable de négocier avec son environnement pour obtenir les éléments nécessaires à sa croissance.

---

1. FROMM, E. (1968), *L'art d'aimer*, Paris, Éd. de l'Épi, p. 34.

THÈME: Hygiène corporelle
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Je m'informe... »

Fiche 1.2.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 2, page 60)

Appliquer les règles d'hygiène corporelle qui conviennent aux adolescents.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

2.1 Laver quotidiennent son corps.

2.2 Suivre les règles d'une hygiène menstruelle adéquate.

2.3 Discuter des tabous reliés à la menstruation.

2.4 Suivre les règles d'une hygiène adéquate de la peau.

2.5 Utiliser les techniques d'hygiène dentaire.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Soins quotidiens: – hygiène de la tête – hygiène des organes génitaux – hygiène des aisselles – hygiène des mains
- Hygiène menstruelle: – choix des tampons et serviettes – changements de tampons et serviettes – pertinence de l'utilisation de médicaments – choix de médicaments
- Tabous concernant: – l'exercice physique – la propreté du corps (odeur) – la maladie – etc.
- Hygiène de la peau:
  – utilisation de cosmétiques: qualité des produits – hygiène du maquillage – importance du maquillage – technique du démaquillage
  – utilisation du rasoir: – hygiène relative au rasoir – hygiène relative à la peau.
  – traitement de l'acné: – propreté de la peau – visite chez le médecin – choix de produits – alimentation
- Technique d'hygiène dentaire: – brosse à dents – brossage (technique et fréquence) – fluorure – soie dentaire – alimentation.

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

2e année:
Fiche 2.2.1
O.I.: 2.6,
2.7,
2.8,
2.9.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Le rejet systématique de diverses habitudes considérées comme des corvées (se laver chaque jour, se brosser les dents, etc.) ou l'excès de certaines pratiques s'observent assez souvent chez le jeune de cet âge, avec des durées et des modalités variables.

Le jeune est très préoccupé par son apparence et par les changements qui s'opèrent en lui. L'image de son corps, en profond bouleversement, suscite fréquemment chez lui de l'anxiété, une peur de la non-conformité, une difficulté d'acceptation de son aspect extérieur.

De nouvelles règles d'hygiène sont conditionnées par les changements physiologiques qui s'opèrent en lui.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle d'animateur et surtout de facilitateur en permettant aux élèves de s'exprimer dans un climat de confiance et de respect sur certains aspects de l'hygiène corporelle (menstruations, soins des organes génitaux...).

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, hygiéniste dentaire
- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- Inviter les élèves à faire la charade (feuille-support A) pour connaître le sujet qui sera abordé.
- Mot à trouver: hygiène corporelle.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour l'activité
  — compréhension des consignes
- Mesure (comment):
  — observation de l'attitude et des réactions de l'élève
  — analyse des productions (feuille-support A)

DÉROULEMENT

1. Distribuer la feuille-support B et demander aux élèves de la compléter. Spécifier que le questionnaire est personnel.

2. Inviter les élèves à inscrire sur une feuille les questions suscitées par l'exercice.

3. Faciliter l'expression des élèves sur les sujets abordés, en reprenant les questions une par une. (Le questionnaire sert de prétexte pour amorcer la discussion et compléter les informations sur les sujets traités).

4. Recueillir les questions formulées par écrit, y répondre immédiatement ou à un cours subséquent selon le temps disponible.

5. S'il se dégage une préoccupation générale sur un sujet donné, offrir la possibilité d'une rencontre avec une personne-ressource qui pourrait traiter ce sujet plus en profondeur.

6. Mettre à la disposition des élèves des dépliants d'information sur les sujets débattus (voir bibliographie).

Enrichissement:

- Préparer des questions qui seront posées à la personne-ressource.
- Recherche sur un thème donné puis jeu de rôles « intervieweur-interviewé ».

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance qu'a l'élève en regard de l'hygiène corporelle
  - — préoccupation de l'élève concernant l'hygiène corporelle
  - — ouverture de l'élève à exprimer ses opinions et ses interrogations sur le sujet

- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des comportements de l'élève en regard des divers thèmes d'étude
  - — analyse des questions formulées par l'élève (oralement et par écrit)
  - — questionnement oral sur les divers thèmes liés à l'hygiène corporelle

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension qu'a l'élève de certains aspects de l'hygiène corporelle
  - — ouverture de l'élève à appliquer les règles d'hygiène corporelle

- Mesure (comment):
  - — questionnement oral
  - — analyse des propos des élèves
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève lors des discussions sur l'application de règles d'hygiène corporelle

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.2.1)

Charade

Le sujet s'écrit en deux mots:

— Mon premier est une onomatopée qui imite le cri d'une souris. _____

— Mon deuxième est la dixième (10e) lettre de l'alphabet. _____

— Mon troisième est un sentiment qui pousse à vouloir du mal à quelqu'un. _____

— Mon quatrième est le résultat de la division d'un tout en quatre parties. _____

— Mon cinquième ride avec l'âge. _____

— Mon sixième est la troisième syllabe d'un insecte sauteur à grandes pattes postérieures.

_____

— Mon tout est un sujet qui intéresse...
qui gêne...
qui ennuie...
et que nous allons aborder.

RÉPONSE: _____

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.2.1)

Cette fiche est personnelle

Les transformations qui s'accomplissent dans ton corps ou qui vont s'accomplir bientôt sont un moment privilégié pour faire le point sur tes habitudes d'hygiène corporelle.

Le questionnaire suivant se veut un outil pour t'aider à vérifier certaines connaissances par rapport à l'hygiène corporelle et à susciter chez toi des questions par rapport à ce thème.

Répond aux questions suivantes par **vrai** ou **faux** ou **je ne sais pas** et explique en quelques mots ta réponse, s'il y a lieu.

	Vrai	Faux	Je ne sais pas	Explique
1. Le cuir chevelu est lavé aussi souvent que nécessite l'état et l'apparence des cheveux				
2. Le brossage des dents se fait 1 fois par jour				
3. La soie dentaire est utilisée de préférence lors du dernier brossage de la journée				
4. Les aliments sucrés peuvent causer la carie dentaire				
5. Le manque d'hygiène dentaire est une des causes de mauvaise haleine				
6. Il est essentiel d'utiliser un déodorant				
7. Le savon peut remplacer la crème à barbe				
8. Les mains peuvent être porteuses de microbes				
9. L'acné est un signe de malpropreté				
10. L'acné est contagieuse				
11. L'acné est due à un déséquilibre des hormones				
12. Le poil sous les aisselles doit être absolument rasé				
13. Certains cosmétiques peuvent causer une allergie				
14. Les organes génitaux doivent être lavés tous les jours				
15. L'utilisation du papier hygiénique (papier de toilette) parfumé et/ou coloré est à déconseiller				
16. Il est normal d'avoir des pertes verdâtres au niveau des organes génitaux				
17. Les pantalons très serrés peuvent causer des problèmes d'irritation				
18. Il ne faut pas pratiquer aucun sport pendant les menstruations				
19. La menstruation est une maladie				
20. La prise de médicaments est le premier moyen à utiliser pour faire disparaître les douleurs (menstruelles et autres)				

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 1.2.1)

Solution du questionnaire

1. Vrai
2. Faux
3. Vrai
4. Vrai
5. Vrai
6. Faux
7. Vrai
8. Vrai
9. Faux
10. Faux
11. Vrai
12. Faux
13. Vrai
14. Vrai
15. Vrai
16. Faux
17. Vrai
18. Faux
19. Faux
20. Faux

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 1.2.1)

Informations générales concernant l'hygiène corporelle

HYGIÈNE DE LA TÊTE

- Peigner les cheveux tous les jours pour les débarrasser de la poussière.
- Le cuir chevelu doit être lavé aussi souvent que nécessite l'état et l'apparence des cheveux (au minimum une fois par semaine).
- Le choix du shampoing sera déterminé par la nature du cheveu.
- Utiliser les coussins des doigts pour mousser et frictionner, non les ongles.
- Rincer à l'eau courante jusqu'à ce que le cheveu crisse.
- On peut se rincer les cheveux avec une solution de citron ou de vinaigre à raison de ½ once dans un verre d'eau.
- Pour soigner une pédiculose (poux), utiliser un shampoing spécial, disponible en pharmacie sans prescription.

HYGIÈNE DES AISSELLES

- Bien laver et assécher les aisselles.
- Utiliser, au besoin, un bon désodorisant non parfumé. Pour les personnes qui ne transpirent pas beaucoup, un bon lavage suffit. Les bombes aérosols sont à déconseiller.

PILOSITÉ

- Ne pas oublier que la pilosité a son utilité et que l'épilation chez les filles n'est qu'une mode qui diffère d'une culture à l'autre.
- Il est possible de trouver des poils sur les seins, le ventre, le dos, etc. Il ne faut pas paniquer car c'est une chose courante.
- Ne jamais arracher un poil qui pousse sur un grain de beauté (danger de saignement, d'infection...).

Si on choisit d'éliminer le poil:

- Rasage avec un rasoir à main ou un rasoir électrique:
  - — l'effet ne dure que quelques jours;
  - — bien nettoyer le rasoir après usage;
  - — attention aux coupures et aux écorchures: désinfecter tout de suite après le rasage;
  - — les lames du rasoir à main doivent être changées régulièrement;
  - — le savon peut remplacer la crème à barbe.
- Crèmes épilatoires:
  - — bien suivre les instructions; certains produits peuvent causer des allergies. Ne pas oublier que l'odeur du produit persiste dans l'heure qui suit.
- Épilation (cire chaude-froide):
  - — avant d'utiliser cette technique, il est préférable de consulter une personne compétente en la matière.

HYGIÈNE DES MAINS

- Les mains sont les parties du corps qui touchent le plus à toutes sortes de choses; la saleté s'accumule même si on ne la voit pas. Les doigts et les ongles sales sont des réservoirs de microbes. Les mains doivent être lavées souvent (avant de manger, après être allé à la salle de bain, etc.).
- La coupe et le nettoyage des ongles doivent se faire régulièrement.

HYGIÈNE DU VISAGE

- L'eau et le savon constituent encore le meilleure moyen de se nettoyer le visage.
- Utiliser un savon neutre, non parfumé.
- Ne jamais se coucher avec un visage maquillé.

Si on choisit de se maquiller:

- Avant le maquillage: un bon nettoyage de la peau et l'utilisation d'une crème protectrice.

Maquillage:

- Un bon produit n'est pas nécessairement dispendieux.
- Il est important de demander conseil à une personne fiable avant d'acheter un quelconque produit.
- Attention au maquillage des yeux; le crayon gras peut être très allergène.
- Il est préférable de ne pas prêter ses produits de maquillage.

Démaquillage:

- Toujours nettoyer le visage à fond.

ACNÉ

- L'acné n'est pas un signe de malpropreté ou de régime inapproprié, quoique celui puisse l'intensifier. C'est un trouble des glandes de la peau. Les glandes sébacées sécrètent un excès d'huile dû à un déséquilibre hormonal se produisant à l'adolescence. L'acné est quasi inévitable à cet âge (90 %). Elle n'est pas due « au mauvais sang », n'est pas contagieuse et n'a aucun rapport avec la masturbation.
- Si c'est un problème vraiment important, consulter un médecin.
- Ne pas tripoter maladroitement la peau, les points noirs et les pustules.
- Les doigts et les ongles sales sont des réservoirs de microbes.
- Ne pas gratter, tâter, pincer, frotter le peau du visage.
- Ne pas prendre le visage dans ses mains; les boutons surgissent aux endroits du visage les plus touchés.
- Attention aux produits sur le marché concernant l'acné; plusieurs sont des « gadgets ». S'informer auprès d'un pharmacien.
- Contrairement à un préjugé populaire, la guérison de l'acné ne passe pas par l'observance d'une diète.

HYGIÈNE DE LA PEAU

- Pour ne pas assécher la peau inutilement, éviter l'exposition prolongée au soleil; la prudence est de mise en ce qui concerne les salons de bronzage et les lampes solaires.
- Les grains et taches de rousseur ne disparaissent avec aucun produit.
- Les démangeaisons peuvent avoir les causes suivantes: peau sèches, savon trop fort, poux de corps, vêtements lavés dans un savon trop fort, tissu du vêtement lui-même, inflammation, allergie à un aliment, etc. En premier lieu, il faut essayer de trouver la cause pour y remédier. L'application d'une serviette d'eau froide peut soulager. Si la cause est impossible à trouver, consulter un médecin.

FEUILLE-SUPPORT D (suite)

(fiche 1.2.1)

HYGIÈNE DES ORGANES GÉNITAUX

Garçons et filles:

- Laver les organes génitaux tous les jours avec un savon doux.
- Éviter le papier hygiénique parfumé ou coloré (problèmes d'irritation et d'allergies).
- Éviter de porter des pantalons trop serrés (problèmes de circulation, d'irritation).
- Les tissus synthétiques peuvent causer des irritations: porter des culottes ou des caleçons avec au moins un gousset en coton.
- Changer de sous-vêtements tous les jours et les enlever la nuit pour permettre à la peau de respirer.
- Toujours laver les sous-vêtements neufs avant de les porter. Bien rincer les sous-vêtements, car certains détergents et assouplissants peuvent irriter la peau.
- S'il y a odeur nauséabonde, boutons, pertes jaunâtres ou verdâtres, douleur quand on urine, consulter un médecin.

Garçons:

- Retirer la peau du prépuce (s'il y a lieu) et bien nettoyer le gland pour enlever le smegma (substance blanchâtre à odeur caractéristique qui s'accumule sous le prépuce). S'il y a difficulté à dégager le contour du gland, consulter un médecin.
- Les éjaculations nocturnes sont dues à l'activité des glandes sexuelles et sont tout à fait normales.

Filles:

- Toujours s'essuyer de l'avant vers l'arrière quand on urine ou va à la selle pour éviter de transporter les microbes de l'anus vers le vagin et l'urètre.
- Éviter les déodorants dits « intimes », car ils peuvent causer des irritations et des allergies.
- Les douches vaginales sont à proscrire, sauf si elles sont prescrites par le médecin, car elles dérèglent les défenses naturelles de l'organisme et peuvent favoriser une infection.
- Il est normal d'avoir des sécrétions vaginales, surtout à certaines périodes du mois (sécrétions incolores comme du blanc d'oeuf, ou blanchâtres...). Ces sécrétions ont une odeur caractéristique qui n'est pas désagréable. Si les sécrétions sont verdâtres ou ont une odeur nauséabonde, consulter un médecin.

Menstruations:

- Les premières menstruations se produisent généralement entre 9 et 15 ans.
- Laver les organes génitux au besoin et changer fréquemment de serviettes sanitaires ou de tampons. Il existe différents formats de tampons ou de serviettes sur le marché. L'adolescente choisit ce qui lui convient en prenant soin d'éviter les produits parfumés. Un tampon bien inséré ne perfore pas l'hymen.
- Rien n'empêche de nager ou de prendre un bain au moment des menstruations. Il y a arrêt du flux menstruel dans l'eau.
- Des maux de ventre, des boutons, des sautes d'humeur peuvent survenir à l'occasion. Pour prévenir ou soulager la douleur, essayer les moyens suivants:
  - — faire de l'exercice physique;
  - — bien s'hydrater;
  - — éviter la constipation (alimentation riche en fibres, exercice, hydratation abondante);
  - — massage de la région lombaire;

— diminuer les aliments riches en sel;
— bain chaud — relaxation;
— position en boule.

- Éviter le plus possible de consommer des médicaments: ce ne sont pas des bonbons et la plupart ont des effets secondaires. Si vraiment ça s'impose, prendre un analgésique léger pour soulager la douleur. Les filles qui ont de très fortes douleurs lors des menstruations devraient consulter leur médecin.
- La menstruation est une fonction physiologique normale et saine. Ce n'est pas une maladie et il n'y a pas de honte à en parler.
- Le flux menstruel n'a pas une mauvaise odeur en soi. C'est le contact avec l'air qui donne une odeur désagréable. Une hygiène adéquate prévient ce problème.

HYGIÈNE DENTAIRE

Notions de prévention concernant:

1. Les habitudes alimentaires

Rôle du sucre dans la formation de la carie:

- Les aliments et boissons sucrés s'allient aux bactéries de la plaque dentaire pour produire un acide qui cause la carie (sucre + plaque = carie).
- La fréquence de l'ingestion du sucre est actuellement considérée comme le facteur le plus important dans la formation des caries.
- La consommation d'aliments sucrés devrait être limitée au repas; en effet, la salive exerce une certaine action protectrice contre la formation de caries, et la sécrétion de salive augmente lors des repas, diminue entre ceux-ci et est minimale durant le sommeil.
- Les collations devraient donc idéalement être composées d'aliments non cariogènes et de bonne valeur nutritive (fruits, légumes crus, jus de fruits ou de légumes, lait, yogourt, fromage, oeuf cuit dur, noix, arachides, graines, etc.)

2. Le brossage

Les buts du brossage

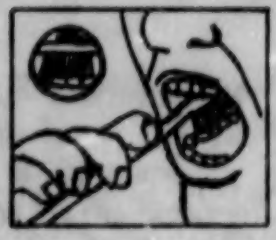
- Enlever les résidus d'aliments;
- Désorganiser la plaque dentaire (afin d'éviter la carie et l'inflammation des gencives);
- Avoir une haleine fraîche.

Les étapes d'un bon brossage[1]

1. Placer votre brosse au point de rencontre des dents et des gencives.

2. La faire vibrer légèrement de façon à bien déloger la plaque sous le rebord de la gencive.

3. Rouler ensuite la brosse dans le sens où les dents poussent.



5. Quant aux surfaces masticatrices, elles doivent être brossées dans un mouvement de va-et-vient.

6. À la fin du brossage, se rincer la bouche avec de l'eau.

4. De cette façon, bien brosser les surfaces extérieures et intérieures des dents.

Quand se brosser les dents?

Après un repas ou une collation et surtout avant de se mettre au lit.

Toutefois, un brossage soigneux, fait une fois par jour, vaux mieux que 3 ou 4 brossages faits à la hâte.

La brosse à dents:

Une brosse à dents efficace possède les caractéristiques suivantes:

- elle est fournie;
- elle n'est pas trop grosse;
- elle a des soies souples.

Il faut la remplacer lorsque les soies commencent à s'émousser.

Le dentifrice:

Un bon dentifrice doit contenir du fluorure et être reconnu par l'Association dentaire canadienne. Une petite quantité étalée sur la brosse suffit.

1. Source: QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, **Des dents belles à croquer. La santé dentaire de 6 à 18 ans**, 1985, (dépliant).

3. La soie dentaire

But:

La brosse à dents déloge la plaque mais ne peut atteindre les surfaces qui se situent entre les dents. La soie dentaire peut s'en charger.

Quand utiliser la soie dentaire:

On doit utiliser la soie dentaire une fois par jour, de préférence avant le dernier brossage de la journée. Le fait de nettoyer les espaces interdentaires avant le brossage favorise l'action du fluorure de la pâte dentifrice à ce niveau.

Sorte de soie dentaire:

- On peut utiliser de la soie dentaire cirée ou non-cirée.
- La soie dentaire non-cirée est préférable à celle recouverte de cire à cause de son efficacité supérieure et de l'absence de dépôts de cire pouvant demeurer sur les dents.

Utilisation de la soie dentaire[1]

1.

Couper environ 45 cm de soie dentaire.

L'enrouler autour des deux majeurs, plus sur un doigt que sur l'autre.

2.

Pour les dents du haut, utiliser les pouces et faire entrer le fil dentaire doucement entre les dents.

3.

Pour les dents du bas, utiliser les index et procéder de la même façon.

4.

Par un mouvement de haut en bas, nettoyer légèrement sous la gencive en entourant le contour de chaque dent. Éviter de faire des «mouvements de scie», qui peuvent à la longue endommager les dents et les gencives.

C'est un peu difficile au début, mais avec une pratique quotidienne, on prend vite l'habitude.

1. Source: QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, **Des dents belles à croquer. La Santé dentaire de 6 à 18 ans**, 1985 (dépliant).

4. L'utilisation des fluorures

But:

- Augmenter la résistance de l'émail.

Où le retrouve-t-on?

- dans les aliments;
- dans la pâte dentifrice;
- dans un rince-bouche conçu pour prévenir la carie;
- dans l'eau de certaines municipalités.

5. Prévention des accidents

Pour prévenir les accidents:

- utiliser ses dents à bon escient (ne pas croquer d'objets durs, ne pas ronger les bouts de crayon...);
- éviter les bousculades près des fontaines;
- boucler sa ceinture de sécurité dans la voiture;
- utiliser un protecteur intra-buccal et/ou un masque protecteur dans les activités sportives telles que hockey, football, etc.

Si une dent permanente tombe accidentellement:

- La mettre dans l'eau ou dans un papier humide ou encore la remettre en place après l'avoir rincée à l'eau, sans frotter ni brosser. Se rendre chez le dentiste immédiatement.

6. La visite chez le dentiste

- Visiter le dentiste régulièrement (une ou deux fois par année).

THÈME: Outils dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Les dangers des outils »*

Fiche 1.5.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 5, page 66)

Utiliser adéquatement les outils dangereux pouvant être mis à sa disposition.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

5.1 Connaître les outils dangereux utilisés à la maison.*

5.2 Montrer les dangers que présentent ces outils.*

5.3 Connaître les sources d'information permettant de connaître les procédures de sécurité requises pour l'utilisation de ces outils.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Outils dangereux:
  - — outils de jardinage
  - — outils de l'atelier de la maison
  - — outils ménagers
- Dangers (conséquences possibles):
  - — décharge électrique
  - — coupures
  - — brûlures
  - — fractures
  - — mutilation de membres
  - — etc.

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 1.5.2, 1.5.3
O.I.: 5.4

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves de 13-14 ans commencent à s'intéresser fortement aux outils utilisés par leurs parents. Ils désirent souvent les utiliser et montrer qu'ils sont capables d'en avoir la maîtrise. Ce goût plus marqué pour l'utilisation de ces outils coïncide très fréquemment avec une répartition des tâches familiales où les élèves se voient attribuer de nouvelles responsabilités. Les élèves se trouvent dans des situations où ils ont à manipuler certains outils et où ils courent certains dangers. Il est donc important de les prévenir des divers dangers associés à l'utilisation de ces outils afin qu'ils puissent les éviter.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de catalyseur. Il aide les élèves à prendre conscience des dangers que comporte l'utilisation des outils et à développer des attitudes sécuritaires.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D (pour l'enseignant)
- Réf.: Manuel du parfait bricoleur (Sélection du Reader's Digest)
- Article de la Presse du 05/01/85

MISE EN SITUATION

- L'enseignant raconte une mésaventure personnelle lors de travaux effectués à la maison, à l'atelier ou à l'extérieur.
- Il demande aux élèves s'ils ont vécu de pareilles mésaventures.
- Il attire l'attention des élèves sur les nombreux dangers des travaux ménagers et les invite à prévoir les conséquences possibles d'une mauvaise utilisation de certains outils.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — niveau de connaissance des élèves en ce qui concerne les dangers associés aux travaux ménagers
  - — intérêt d'améliorer leur niveau de connaissance
- Mesure (comment):
  - — analyse des propos des élèves
  - — observation des attitudes des élèves

* Cet objectif est traité dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activité 1.5.1.

DÉROULEMENT

1. L'enseignant dit aux élèves qu'il est particulièrement intéressé par tel ou tel travail à la maison et qu'il y trouve tel ou tel plaisir. Il dit qu'il n'est pas tellement « passionné » par d'autres travaux, mais qu'il les fait parce qu'ils doivent être faits.

   Il dit aux élèves qu'une maison est une petite usine où toutes sortes de travaux sont réalisés en vue de nourrir ses résidents, d'entretenir ou d'améliorer telle ou telle partie du bâtiment. Ceux qui y vivent remplissent des tâches que l'on retrouve dans de nombreux corps de métiers; ils doivent pouvoir exécuter ces tâches avec autant de sécurité que les ouvriers. Il est important d'être bien préparé à ces travaux si l'on veut en retirer du plaisir et éviter les blessures.

2. Il demande aux élèves de nommer les tâches qu'ils aiment ou aimeraient remplir et les tâches qu'on leur demande de remplir. Il leur souligne qu'il serait intéressant de savoir s'ils connaissent bien les dangers associés à ces tâches. L'enseignant inscrit ces tâches au tableau.

3. Il demande ensuite aux élèves de nommer les outils nécessaires à la réalisation de ces tâches. Il inscrit le nom des outils au tableau. Il complète, si nécessaire. L'enseignant peut se référer à la feuille-support A.

4. Il demande à chaque élèves de prendre du papier et un crayon et d'essayer d'identifier les dangers pour le plus grand nombre d'outils possible.

5. Ce travail terminé, il demande aux élèves de se grouper par deux afin de comparer leur liste.

6. Il demande aux élèves de l'aider à inscrire au tableau les dangers associés aux outils préalablement identifiés (feuilles-supports C et D).

7. L'enseignant fait remarquer qu'ils ont été des sources d'information les uns pour les autres. Il leur dit qu'il y a aussi d'autres sources d'information. Il leur distribue alors la feuille-support B en leur disant qu'ils peuvent la garder comme source générale de référence.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt pour le sujet
  - — niveau de connaissance relatif aux notions de sécurité
  - — goût particulier pour certaines tâches
  - — connaissances des dangers et des outils.
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des comportements
  - — analyse des propos et des questions

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance générale des dangers
  - — connaissance des règles de prudence
  - — connaissance des sources d'information.
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral
  - — questionnement écrit (cf. feuille-support C).

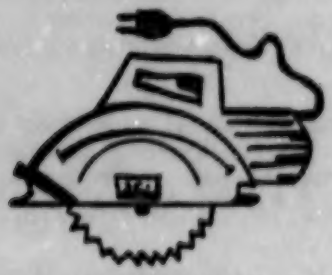
FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.5.1)

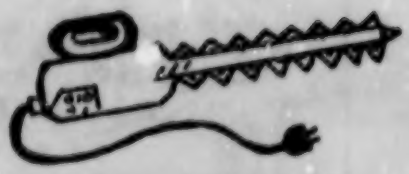
Exemples d'outils que l'enseignant peut présenter en classe

fer à friser

perceuse à main



scie circulaire

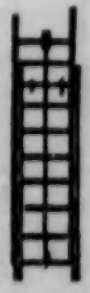


cisailles à haies

hache

marteau

tondeuse



échelle

robot culinaire

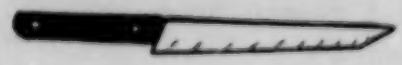
perforeuse

chalumeau à gaz

poêle barbecue

soufleuse

corroyeur



couteau

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.5.1)

Règles de prudence à observer lors de la manipulation d'outils à main et d'outils électriques

Conseils avant la manipulation

1. Lorsqu'on utilise un outil pour la première fois, il est important de lire les instructions du fabricant. S'il n'y a pas de directives, on s'informe auprès de ses parents, d'un ami ou de personnes connaissant leur utilisation.
2. Bien retenir que des instruments tels que la scie de banc, la scie radiale, la raboteuse, etc., nécessitent un apprentissage graduel.
3. Avant de les utiliser, il faut en comprendre à fond le fonctionnement puisque ces outils sont dangereux.
4. Il faut travailler dans un espace approprié.
5. Il faut porter des lunettes de sécurité et des gants toutes les fois que la situation l'exige.
6. Il faut éviter d'essayer de sauver une pièce, même si on y a mis beaucoup de temps, car mieux vaut la perdre et conserver ses doigts.
7. Il faut toujours garder les lames, les couteaux et les mèches bien affûtés. Ces accessoires, mal affûtés, exigent plus d'effort et multiplie les risques d'accidents.

sableuse à ruban

scie sauteuse

toupie

Conseils concernant l'utilisation des outils électriques: *pour éviter le choc électrique*

- Éviter de travailler dans des endroits humides.
- S'assurer que le fil et la fiche sont en bon état.
- Tirer sur la fiche et non sur le fil.
- Toujours débrancher l'appareil lorsqu'on change un accessoire.
- Éviter de les transporter par le fil.

rabot électrique

perforeuse

Conseils pendant la manipulation

- Éviter d'enlever les protège-lame.
- Utiliser un bâton-poussoir pour déplacer une pièce de bois sur un banc de scie.
- Éviter toute distraction, même avec les scies manuelles ou fixes.
- Le local de travail, doit être propre et aéré afin d'éviter de s'accrocher et de tomber.
- Ne jamais porter des vêtements trop amples; ils pourraient être pris dans une courroie et entraîner une blessure sérieuse.
- Pendant un travail, éviter d'amener des invités, pour leur sécurité et la vôtre.
- Enfin, après un travail, toujours mettre les outils sous clé afin que les jeunes ne puissent y avoir accès.

scie circulaire

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 1.5.1)

BLESSURES PARTICULIÈRES

LES OUTILS	BLESSURES POSSIBLES	LES OUTILS	BLESSURES POSSIBLES
scie circulaire		chalumeau à gaz	
tondeuse électrique		cisailles à haies	
scie à chaine		perceuse électrique	
souffleuse à neige		corroyeur	
hache			
poêle barbecue			

Principales blessures dues aux outils manuels:

- Se couper, se brûler, s'érafler la peau, se fracturer un membre, recevoir des éclats aux yeux.

Principales blessures dues aux outils électriques:

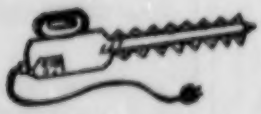
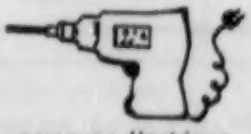
- Se couper, se brûler, s'électrocuter, recevoir des éclats aux yeux, déclencher un incendie.

Principales blessures dues aux outils à gaz:

- Se brûler, devenir aveugle à cause de la lumière, s'asphyxier, s'intoxiquer, déclencher un incendie.

FEUILLE-SUPPORT D (Pour l'enseignant)

(fiche 1.5.1)

LES OUTILS	BLESSURES POSSIBLES	LES OUTILS	BLESSURES POSSIBLES
scie circulaire	se couper éclats aux yeux	chalumeau à gaz	se brûler des membres par explosion, par surchauffement s'asphyxier
tondeuse électrique	se couper un membre blesser une autre personne par la projection d'un objet électrocution	 cisailles à haies	se couper un membre
scie à chaîne	se couper un membre se brûler éclats aux yeux	 perceuse électrique	se brûler se couper éclats aux yeux
souffleuse à neige	se couper un membre se brûler éclats aux yeux blesser une autre personne par projection d'un objet	corroyeur	se couper éclats aux yeux se brûler
hache	se couper un membre se fracturer un membre		
poêle barbecue	se brûler s'asphyxier		

Principales blessures dues aux outils manuels:

- Se couper, se brûler, s'érafler la peau, se fracturer un membre, recevoir des éclats aux yeux.

Principales blessures dues aux outils électriques:

- Se couper, se brûler, s'électrocuter, recevoir des éclats aux yeux, déclencher un incendie.

Principales blessures dues aux outils à gaz:

- Se brûler, devenir aveugle à cause de la lumière, s'asphyxier, s'intoxiquer, déclencher un incendie.

THÈME: Outils dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Utilisation, rangement, vêtement*

Fiche 1.5.2

OBJECTIF TERMINAL (n° 5, page 66)

Utiliser adéquatement les outils dangereux pouvant être mis à sa disposition.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

5.4 Décrire les procédures de sécurité requises pour l'utilisation de ces outils.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Procédures de sécurité relatives:
  - — au lieu d'utilisation
  - — au rangement
  - — aux vêtements

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 1.5.1 O.I.: 5.1, 5.2, 5.3

fiche 1.5.3 O.I.: 5.4

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: En général, l'élève de cet âge n'a normalement pas de souci pour le rangement et le lieu d'utilisation de tout ce qu'il emploie. Souvent, il ne se donnera pas la peine de faire le ménage ou de replacer ce qu'il a utilisé. Son attention est centrée sur le travail qu'il veut réaliser. Il n'accorde que très peu d'importance à l'idée de mettre les choses en place, de travailler dans un endroit sécuritaire et de porter des vêtements adéquats. Il lui arrive même de travailler avec ses plus beaux vêtements, de ne pas considérer le fait qu'il peut les endommager.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de catalyseur. Il aide les élèves à prendre conscience de l'importance de bien se préparer et d'éliminer les risques de danger.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C (pour l'enseignant)
- Feuille-support D
- Feuille-support E

MISE EN SITUATION

- L'enseignant raconte un incident où l'espace trop restreint pour l'utilisation d'outils a causé un accident sérieux. Ainsi, souder dans un endroit exigu peut entraîner un incendie ou l'asphyxie.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objets d'évaluation:
  - — intérêt pour le sujet
- Mesure (comment):
  - — observation
  - — écoute des propos des élèves

* Cet objectif est traité dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activité 1.5.2.

DÉROULEMENT

DANS UN PREMIER TEMPS:

1. L'enseignant relève le fait que plusieurs accidents, lors de l'utilisation des outils, sont liés à l'endroit où ils sont utilisés ou aux vêtements portés ou au lieu de rangement.

2. L'enseignant fait une petite enquête au sein de son groupe d'élèves sur leurs habitudes en rapport avec les trois sources d'accidents.

3. L'enseignant distribue la feuille-support A aux élèves et leur demande de raconter des faits ou des expériences personnelles à propos d'accidents survenus lors de l'utilisation d'outils.

   L'enseignant écoute les témoignages des élèves et prend note des éléments importants liés au lieu d'utilisation, au rangement et aux vêtements.

   Au cours des témoignages, l'enseignant réalisera probablement que plusieurs élèves ont des habitudes de travail peu sécuritaires. Il le fait remarquer aux élèves et les invite à approfondir leurs connaissances.

4. Il distribue ensuite la feuille-support B portant sur les vêtements et équipements protecteurs. L'enseignant pourra se référer à la feuille-support C pour son information. Il demande aux élèves de la remplir au meilleur de leurs connaissances.

DANS UN DEUXIÈME TEMPS:

5. Il distribue la feuille-support D portant sur l'importance du rangement.

6. Il leur demande d'associer les outils au bon espace de rangement, en écrivant le nom de l'outil à l'endroit approprié sur la feuille-support D (se servir des feuilles-supports A, B, C).

7. L'enseignant demande aux élèves d'identifier les consignes sécuritaires concernant les lieux d'utilisation (voir feuille-support E).

8. Pour terminer, l'enseignant rappelle les trois aspects de la sécurité étudiés et demande aux élèves de faire la synthèse des informations recueillies pendant le cours (voir feuille-support E). L'enseignant fait le lien avec l'activité 1.5.3.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt des élèves
  - — connaissance des règles de sécurité en regard de chacun des points étudiés
- Mesure (comment):
  - — observation des réactions des élèves
  - — écoute des témoignages
  - — analyse des réponses

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des dangers
  - — connaissance des règles de prudence
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral

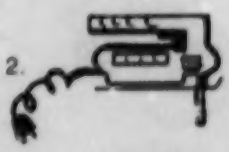
FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.5.2)

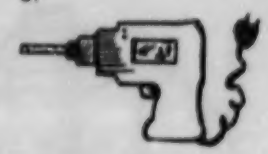
Voici une liste d'outils courants avec lesquels tu sais que nous avons des accidents. Ces accidents ne sont pas le fruit du hasard. Tu le sais... À quoi sont-ils dus? Il y a différentes causes, mais aujourd'hui il serait intéressant de s'attarder à trois de ces causes et de connaître tes expériences à leur sujet. En étant tout à fait honnête, dis-nous si tu as toujours utilisé ces outils (ou d'autres) dans des **endroits appropriés**, en portant **des vêtements et des équipements de protection** et si tu les as toujours bien **rangés après utilisation**.

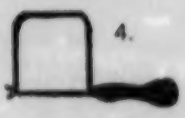
1. Scie circulaire (électrique)
2. Scie sauteuse (électrique)
3. Scie à refendre
4. Scie à découper
5. Perforeuse (électrique)
6. Robot culinaire
7. Scie à chaîne
8. Toupie
9. Sableuse à ruban
10. Rabot électrique
11. Ciseau
12. Hache
13. Souffleuse
14. Tondeuse (électrique ou à gaz)
15. Scie à fer

1.


2.

3.

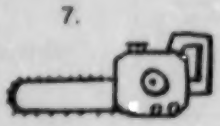

5.


4.

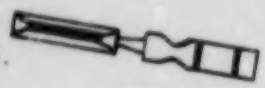
6.

8.

9.


7.

10.


11.

12.

13.

14.

15.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.5.2)

Vêtements et équipements de protection

LES OUTILS	VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS PARTICULIERS	LES OUTILS	VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS PARTICULIERS
scie circulaire		chalumeau à gaz	
tondeuse électrique		cisailles à haies	
scie à chaîne		perceuse électrique	
souffleuse à neige		corroyeur	
hache			
poêle barbecue			

Principales blessures dues aux outils manuels:

- Se couper, se brûler, s'érafler la peau, se fracturer un membre, recevoir des éclats aux yeux.

Principales blessures dues aux outils électriques:

- Se couper, se brûler, s'électrocuter, recevoir des éclats aux yeux, déclencher un incendie.

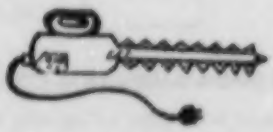
Principales blessures dues aux outils à gaz:

- Se brûler, devenir aveugle à cause de la lumière, s'asphyxier, s'intoxiquer, déclencher un incendie.

FEUILLE-SUPPORT C (Pour l'enseignant)

(fiche 1.5.2)

Vêtements et équipements de protection

LES OUTILS	VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS PARTICULIERS	LES OUTILS	VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS PARTICULIERS
scie circulaire	salopettes lunettes gants	chalumeau à gaz	gants lunettes
tondeuse électrique	salopettes gants bottines	 cisailles à haies	gants
scie à chaîne	salopettes gants lunettes bottines spéciales	perceuse électrique	salopettes
souffleuse à neige	lunettes spéciales gants bottines spéciales	convoyeur	lunettes salopettes
hache	bottines		
poêle barbecue	tablier gants		

Principales blessures dues aux outils manuels:

- Se couper, se brûler, s'érafler la peau, se fracturer un membre, recevoir des éclats aux yeux.

Principales blessures dues aux outils électriques:

- Se couper, se brûler, s'électrocuter, recevoir des éclats aux yeux, déclencher un incendie.

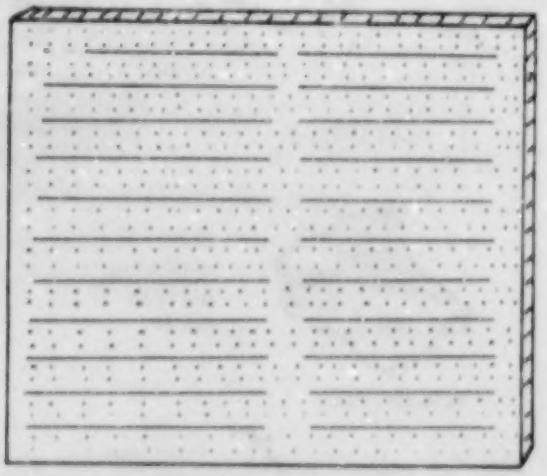
Principales blessures dues aux outils à gaz:

- Se brûler, devenir aveugle à cause de la lumière, s'asphyxier, s'intoxiquer, déclencher un incendie.

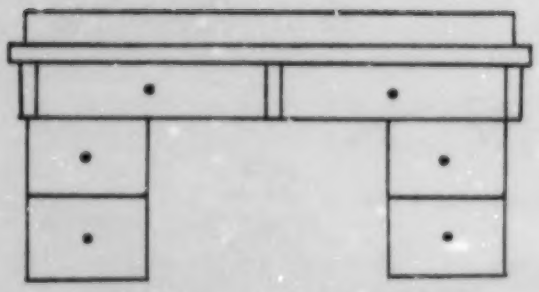
FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 1.5.2)

Écris le nom des outils que tu mettrais sur ce panneau

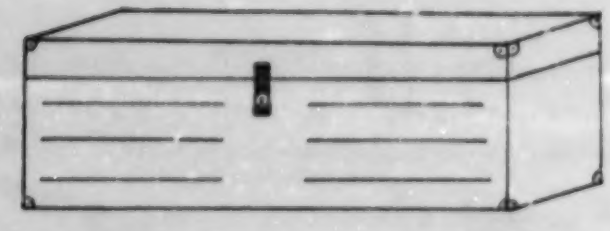


Établi

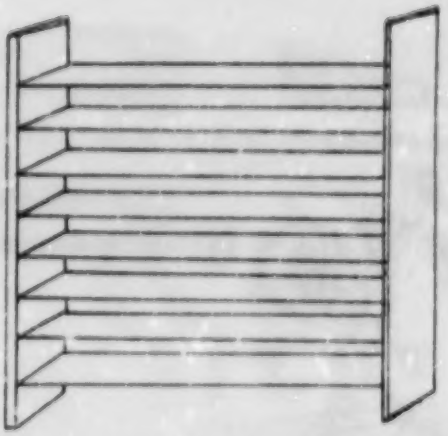


Écris le nom des outils que tu mettrais dans l'établi

Écris le nom des outils que tu mettrais sur cette étagère

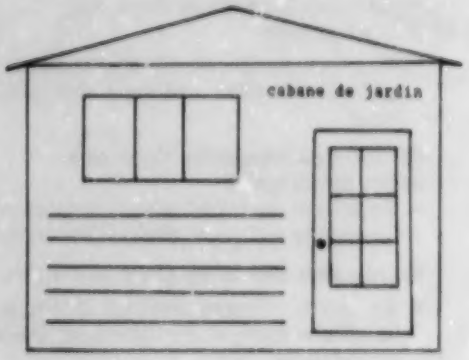


Écris le nom des outils que tu mettrais dans ce coffre



Écris le nom des outils que tu rangerais dans la cuisine

cabane de jardin



Écris le noms des outils que tu mettrais dans cette remise.

FEUILLE-SUPPORT E

(fiche 1.5.2)

Consignes à l'enseignant

Quant au lieu d'utilisation:

1. Garder le plancher propre afin d'éviter de provoquer des chutes.
2. Travailler dans un espace suffisant et bien ventilé.
3. Protéger par un grillage approprié les lumières qui servent à l'éclairage de la pièce.
4. Écrire clairement les noms des produits sur tous les contenants utilisés.
5. Conserver les extincteurs chimiques en bon état de fonctionnement.

Quant au rangement:

1. Ranger les outils aux endroits prévus à cet effet.
   Garder les contenants bien fermés.
2. Pour les outils à accrocher, prévoir des crochets ou des attaches qui tiendront solidement les outils.
3. Placer sur des tablettes les outils plus lourds afin qu'ils aient une base solide.
4. Mettre hors de portée des enfants en bas âge les outils qui pourraient s'avérer dangereux pour eux.
5. Mettre sous clé les outils spécialisés qui demandent une certaine habileté pour les utiliser.

Quant aux vêtements spéciaux et équipements protecteurs:

1. Toujours porter les vêtements appropriés pour les outils qui l'exigent.
2. Éviter de porter des gants ou des vêtements trop amples. Ne jamais porter de gants lorsqu'on travaille avec des machines-outils.
3. Porter l'équipement protecteur prévu pour chacune des sortes d'outils.
4. Se référer au livre d'instruction du fabricant pour connaître les vêtements et l'équipement suggérés pour la manipulation de certains outils.

THÈME: Outils dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Maniement »*

Fiche 1.5.3

OBJECTIF TERMINAL (n° 5, page 66)

Utiliser adéquatement les outils dangereux pouvant être mis à sa disposition.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

5.4 Décrire les procédures de sécurité requises pour l'utilisation de ces outils.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Procédures de sécurité relatives:
  - — au maniement des outils
  - — au choix d'outil en fonction d'un travail à faire

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année
fiche 1.5.1
O.I.: 5.1, 5.2, 5.3

fiche 1.5.2
O.I.: 5.4

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'élève de cet âge aime prendre des risques. Souvent, en l'absence de ses parents, il utilisera des appareils qui lui sont interdits. Plus tard, il saisira l'occasion de prouver à ses parents qu'ils s'inquiétaient inutilement. Il aime particulièrement démontrer son habileté devant ses amis. On n'a qu'à le regarder manoeuvrer sa bicyclette... Même s'il a subi des blessures importantes, il ne s'arrêtera pas pour autant. Il sera heureux de raconter cet événement à ses amis.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de catalyseur. Il tentera de faire réaliser aux élèves les conséquences irrémédiables qui pourraient s'en suivre.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B

MISE EN SITUATION

- L'enseignant peut arriver en classe avec un pansement évident à une main en disant qu'il s'est blessé en manipulant un outil. Il rappelle qu'ils ont déjà vu des accidents liés au lieu d'utilisation, au rangement et au port d'équipement sécuritaire, et les invite à étudier ceux liés au maniement.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt pour le sujet
  - — rappel des informations recueillies dans les activités précédentes.
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes
  - — questionnement oral

* Cet objectif est traité dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activité 1.5.3.

DÉROULEMENT

1. Afin d'engager davantage les élèves dans l'activité, l'enseignant demande aux élèves si certains se sont déjà blessés en manipulant des outils.

   Il enchaîne avec une invitation à jouer à un jeu d'erreurs.

2. Il distribue la feuille-support A et demande aux élèves de la lire attentivement et de noter les erreurs.

3. Quand tous les élèves ont terminé, il fait le tour des situations décrites dans la feuille-support et relève les erreurs (voir feuille-support B).

4. Cette partie de l'exercice terminée, l'enseignant demande aux élèves de revoir ces situations et de dégager les principes de sécurité à respecter dans le maniement des outils et du choix des outils (voir feuille-support B). L'enseignant anime cette recherche.

5. L'enseignant fait un retour sur l'activité et distribue, à titre de référence, la feuille-support B aux élèves.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt des élèves
  - — connaissance du maniement des outils des élèves
  - — connaissance des principes de sécurité
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes des élèves
  - — analyse des réponses
  - — questionnement oral

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intégration des principes de sécurité
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.5.3)

Beaucoup d'accidents sont dues à un mauvais maniement des outils ou à l'ignorance des règles de sécurité

Parmi les situation suivantes, relève celles qui présentent les risques d'accident.

SITUATIONS

1. Jean tond les talus en remontant la pente.
2. Luce essuie la lame d'un couteau en remontant ses doigts vers le manche.
3. Jeanne débranche la scie sauteuse avant de l'arrêter.
4. Marc place son échelle sur un sol inégal.
5. Angèle passe la tondeuse sur un sol pierreux.
6. Luc coupe la viande en regardant la télévision.
7. Lise nettoie un robot culinaire avec ses doigts sans l'avoir débranché auparavant.
8. Joseph utilise une rallonge avec un fil dénudé.
9. Danielle scie une planche sur un plateau de sciage sans utiliser de poussoir.
10. Gilles utilise un appareil électrique alors qu'il a les pieds dans l'eau.
11. Marie nettoie sa piscine avec sa balayeuse. Elle voit des oiseaux sur le fil au-dessus de sa tête. Elle les chasse avec le manche de sa balayeuse.
12. Jules allume son barbecue au propane en laissant s'échapper beaucoup de gaz avant de l'allumer.
13. Paul enlève les clous avec un tournevis.
14. Jean sculpte une pièce de bois avec un couteau en tenant la pièce entre ses genoux.
15. Robert ne prend jamais soin de bien stabiliser les pièces de bois en travaillant avec son ciseau à bois.
16. Yves essaie d'enfoncer les clous d'un seul coup de marteau.
17. Rolande soude des tuyaux placés contre une pièce de bois.
18. Stéphane appuie la lame de sa scie mécanique sur l'arbre avant de l'actionner.
19. Marjolaine ébranche un arbre en se plaçant du même côté que la hache.
20. Gilles fait de la soudure dans le garage et ferme la porte pour ne pas être dérangé.
21. Nicole ouvre ses lettres avec un couteau de boucherie.
22. Jules guide sa toupie avec une seule main.
23. Marcel utilise son couteau pour ouvrir une boîte de conserve.
24. Jacques utilise une hache dont le manche est mal fixé.
25. Myriam fait chauffer son fer à friser sur le rebord du bain pendant qu'elle est dans son bain.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.5.3)

Corrigé de la feuille-support A

ERREURS	PRINCIPES
1. Monte le talus au lieu de le descendre	Toujours travailler dans une position sécuritaire
2. Essuie la lame dans le mauvais sens	Toujours utiliser une méthode de travail sécuritaire
3. Débranche avant d'arrêter	Toujours arrêter un appareil électrique avant de le débrancher
4. Échelle en déséquilibre	Toujours travailler dans une position sécuritaire
5. N'enlève pas les pierres	Bien préparer la surface de travail
6. Ne porte pas attention à ses geste	Toujours être concentré sur son travail
7. N'a pas débranché	Toujours débrancher un appareil électrique entre les utilisations
8. Utilise une rallonge défectueuse	Ne jamais utiliser un outil en mauvais état
9. N'utilise pas de poussoir	Toujours utiliser un poussoir pour couper ou planer une pièce de bois
10. Travaille les pieds dans l'eau	Ne jamais être en contact direct avec un appareil électrique et l'eau en même temps
11. Ne prend pas garde au fil électrique	Ne jamais être en contact avec l'eau et l'électricité à la fois
12. Laisse le gaz se diffuser	Ne jamais laisser le gaz se diffuser abondamment avant d'allumer
13. Utilise un outil inapproprié	Toujours utiliser l'outil conçu pour faire le travail désiré
14. N'est pas attentif à ses gestes	Toujours être concentré sur son travail et être dans une position sécuritaire
15. Ne stabilise pas l'objet sur lequel il veut travailler	Toujours travailler dans une position sécuritaire.
16. Ne stabilise pas le clou	Toujours stabiliser le clou ou la vis avant de l'enfoncer
17. Ne protège pas la pièce de bois	Toujours protéger les objets situés à proximité immédiate de l'endroit où l'on fait de la soudure
18. Appuie sur l'arbre sans que la chaîne tourne	Toujours actionner les scies électriques ou à gaz avant de les appuyer sur les pièces de bois
19. Se place du mauvais côté de l'arbre	Toujours couper les branches situées de l'autre côté du tronc.
20. Soude dans un espace clos	Ne jamais utiliser des gaz dans un espace clos
21. Ne se sert que d'une seule main	Toujours guider toupie, cisailles à haies, sableuse, rabot et scie électrique avec les deux mains
22. Utilise une hache même si elle est défectueuse	Ne jamais utiliser un outil en mauvais état
23. Laisse son fer en position dangereuse	Ne jamais être en contact avec l'eau et l'électricité à la fois

THÈME: L'incendie
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « En cas de feu, je sais m'en sortir »

Fiche 1.6.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 6, page 67)

Appliquer les consignes de base relatives aux incendies.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

6.1 Indiquer les conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu.

6.2 À partir des conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu, établir certaines règles de prévention des incendies.

6.3 À partir des conditions nécessaires à la propagation du feu, établir les règles à suivre en cas d'incendie.

6.4 Connaître les consignes de base concernant l'évacuation des lieux sinistrés.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Conditions nécessaires:
  - oxygène
  - combustible
  - chaleur
- Règles concernant:
  - le remisage d'objets
  - la propreté de la maison
  - les déchets
  - les liquides inflammables
  - les sources de chaleur allumettes, moteurs, cuisinières, électricité, chauffage, etc.).
  - l'aération de la maison
- Règles concernant:
  - l'approvisionnement du feu en oxygène
  - les déplacements à l'intérieur du sinistre
  - le repérage des endroits déjà en feu
  - la localisation des endroits à température élevée
- Consignes de base concernant:
  - les alertes
  - la planification de l'évacuation de l'école et de la maison

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À partir de données concrètes, l'adolescent de cet âge est capable d'élaborer et d'ordonner des règles de prévention et de trouver des consignes lui permettant d'assurer sa sécurité.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant jouera un rôle de catalyseur. Il aidera les élèves à prendre conscience des conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu, et facilitera la recherche des causes possibles d'incendie. L'enseignant fera réaliser à l'élève les conséquences irrémédiables qu'apporte pour lui-même et les autres tout désastre causé par le feu.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Distribuer la feuille-support A.
- Expliquer aux élèves le schéma représentant les conditions nécessaires à l'existence et à la propagation du feu.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt des élèves pour le sujet
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève
  - — analyse des propos de l'élève
  - — questionnement oral sur la feuille-support A

DÉROULEMENT

1. Distribuer la feuille-support B.

2. Inviter les élèves à observer l'illustration et à dresser la liste des causes possibles d'incendie.

   Note à l'enseignant:

   Les causes sont:
   - cheminée encrassée
   - surcharge des circuits électriques
   - grenier en désordre
   - produits inflammables
   - papier et chiffon imbibés de produits inflammables
   - fumer au lit
   - casseroles et appareils électriques laissés sans surveillance
   - jouer avec des allumettes.

3. Demander aux élèves d'énoncer pour chaque cause une règle de sécurité à respecter pour prévenir les incendies.

   Note à l'enseignant:

   - Ramoner régulièrement la cheminée
   - Éviter de surcharger les circuits électriques
   - Garder en ordre la cave, le grenier, les remises, le garage, les placards
   - Se débarrasser immédiatement des chiffons ou papiers imbébés d'huile ou de tout autre produit inflammable
   - Éviter d'entreposer des produits inflammables
   - Éviter de fumer au lit
   - Éviter de s'absenter en laissant des casseroles sur le feu ou des appareils électriques en marche
   - Éviter de jouer avec des allumettes.

4. Distribuer aux élèves la feuille-support C.

5. Inviter les élèves à lire les règles à suivre en cas d'incendie.

6. Discuter avec les élèves des règles énoncées.

7. Demander aux élèves de tracer le plan de leur maison et d'en préparer le plan d'évacuation.

   Note à l'enseignant:

   Pour l'école, il serait important de renseigner les élèves sur les sorties, les systèmes d'alarme-incendie et le plan d'évacuation prévu.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - connaissance qu'a l'élève des causes d'incendie, des règles de prévention des incendies et des règles à suivre en cas d'incendie.
- Mesure (comment):
  - analyse des productions de l'élève (feuille-support A)
  - questionnement oral
  - analyse des commentaires et interrogations de l'élève

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - intégration des connaissances relatives à l'évacuation en cas d'incendie (cf. feuille-support C)
  - analyse des productions de l'élève (plan d'évacuation)
  - questionnement oral sur la production de l'élève

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.6.1)

Agents de combustion

OXYGÈNE

Gaz incolore, inodore, sans saveur. Il est l'élément le plus répandu dans la nature.

+

COMBUSTION

Matière qui a la propriété de brûler.

+

CHALEUR

Cause qui a pour effet d'élever la température.

=

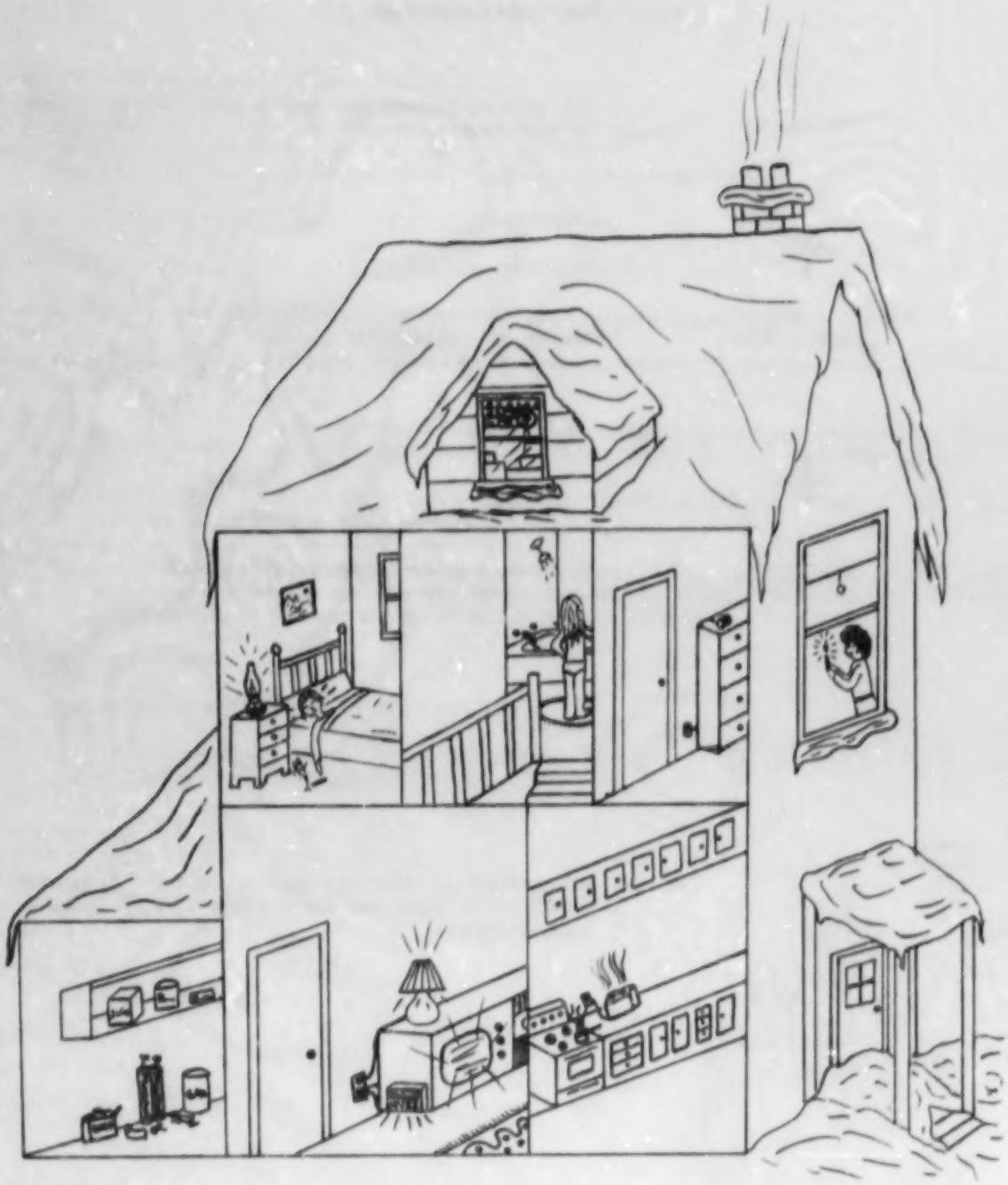
FEU

Dégagement simultané de chaleur, de lumière et de flamme produit par la combustion vive de certains corps tels que le bois, le charbon, etc.

(Larousse)

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.6.1)



FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 1.6.1)

Les règles à suivre en cas d'incendie

1. Connaître toutes les issues de ta maison.
2. Connaître tous les trajets permettant d'aller chercher les plus jeunes.
3. Veiller à ce que toutes les sorties soient dégagées, notamment en hiver.
4. Quitter les lieux le plus vite et le plus sûrement possible.
5. Éviter d'ouvrir votre porte de chambre si elle est chaude:
   - avertir les autres occupants, utiliser une autre porte ou sortir par la fenêtre, si possible.
   - si c'est impossible, calfeutrer la porte, ouvrir la fenêtre, signaler sa présence en agitant un drap par exemple.
6. Si la porte n'est pas chaude, l'entrouvrir avec précaution de façon à pouvoir la refermer immédiatement à la moindre trace de flamme ou de fumée opaque. Agir alors comme si la porte était chaude.
   - S'il n'y a pas de fumée, se diriger vers la sortie en marchant penché afin d'éviter de respirer les gaz nocifs (ces gaz sont incolores et inodores).
   - Se méfier des escaliers qui sont la voie préférée des fumées et des gaz toxiques. (Dans les édifices publics et les immeubles à appartements, les cages d'escaliers sont habituellement fermées et munies de murs épais pour protéger les occupants pendant leur évacuation).
7. Une fois dehors:
   - Rejoindre les autres membres de sa famille.
   - Avertir les pompiers chez un voisin ou à l'aide d'un avertisseur incendie. Si on se sert du téléphone, faire appel à la téléphoniste si nécessaire.

THÈME: Drogues
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Info-drogues »

Fiche 1.7.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 7, page 68)

Dégager les éléments de valeur sous-jacents à la décision de prendre ou non des drogues à des fins non médicales.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

7.1 Définir le mot « drogue ».

7.2 Indiquer les diverses drogues consommées par les adolescents (usage non médical).

7.3 Décrire sommairement les effets perceptibles sur l'individu de l'utilisation de drogues.

7.4 Nommer les dangers des différents types de drogues, selon la quantité consommée.

7.5 Discuter avec ses pairs des motifs que peuvent avoir les consommateurs de drogues de s'adonner à ces pratiques.

7.10 Imaginer d'autres possibilités que la consommation de drogues.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Définition: Substance ayant des effets sur le psychisme et la physiologie des êtres humains.
- Drogues diverses: tabac, alcool, marijuana, hachisch, colle et solvants, cocaïne, LSD, mescaline, médicaments, etc.
- Effets généraux perceptibles:
  - à court terme: sur les perceptions, les attitudes et les comportements
  - à moyen terme
  - à long terme
- Dangers:
  - dangers des diverses drogues
  - dangers selon la quantité consommée.
- Motifs possibles: obtenir des effets permettant de répondre à des besoins immédiats de détente, de plaisir, de mobilisation d'énergie, d'oubli des soucis quotidiens, de liens avec d'autres, de dépassement, d'expérimentation.
- Solutions de rechange: relaxation, loisirs, relations sociales, etc.

Année 1ère

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

2e année

fiche 2.7.1
O.I.: 7. 1 à 7.11

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent peut avoir, à la maison, ses premiers contacts avec la cigarette, le vin, la bière, etc. Le côtoiement d'adolescents plus âgés fait que l'accessibilité aux différentes drogues est plus grande au secondaire. L'influence des pairs étant considérable, il est important que l'adolescent possède une information réaliste sur la drogue et soit sensibilisé aux diverses motivations sous-jacentes à la décision d'en prendre ou non.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle d'animateur et de facilitateur tout au long de l'activité. Il sera à l'écoute de ce que l'adolescent peut vivre et entendre au sujet des drogues, et évitera le ton moralisateur qui pourrait rebuter les élèves à toute réflexion sur ce sujet. Pour la mise en situation, il organisera l'environnement de la classe pour faciliter la participation des élèves. Il planifiera la séance d'information selon le temps et les ressources disponibles.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, travailleur social, psychologie, policier éducateur...
- Feuille-support A
- Tableau et/ou banderolles de papier et/ou feuilles blanches
- Crayons feutres ou craies en nombre suffisant
- Brochure « Les drogues: des choix à faire » (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Par le jeu d'association d'idées, inviter les élèves à faire un tableau collectif en écrivant ou en dessinant tout ce qu'évoque pour eux le mot drogue.
- Utiliser le tableau ou installer des feuilles blanches autour de la classe.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — acquis de l'élève en regard de la notion de « drogue »
  - — intérêt de l'élève pour le sujet.
- Mesure (comment):
  - — analyse de productions (tableau collectif)
  - — analyse des propos de l'élève
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève en regard du sujet présenté.

DÉROULEMENT

1. À l'aide des élèves, catégoriser ce qui a été noté ou dessiné, selon qu'il s'agit de connaissances reliées aux drogues (définition, sortes, effets, etc.) ou de préoccupations plus affectives (émotions, sentiments, opinions, motifs de consomation, etc.).

2. Pour approfondir l'aspect connaissance, utiliser une des alternatives suivantes, selon les préoccupations des élèves, le temps et les ressources disponibles:
   - recherche et présentation faite par les élèves sur les différentes drogues (sortes, effets, etc.);
   - préparation de questions que les élèves se posent sur les drogues et invitation d'une personne-ressource pour y répondre;
   - préparation d'un scénario d'interview entre élèves, suite à une recherche faite sur le sujet;
   - exposé d'une personne-ressource ou de l'enseignant, etc.

3. Afin d'amener les élèves à identifier les différents motifs de consommation, utiliser la feuille-support A et lire la première partie de l'histoire de cas.

   À l'aide des questions suivantes, inviter les élèves à deviner la suite de l'histoire et dégager les éléments relatifs aux motifs de consommation:
   - que va faire Isabelle, d'après vous? Pourquoi?
   - quelles sont, d'après vous, les raisons qui amènent les jeunes présents chez Julie à consommer de la drogue?

4. Lire la suite de l'histoire (2e partie) et demander aux élèves:
   - quelles sont, d'après vous, les raisons qui ont incité Isabelle à essayer?
   - quelles sont les raisons qui ont pu motiver Jean et certains autres à refuser d'en prendre?

5. Faire une synthèse de tous les motifs de consommation inventoriés et les écrire au tableau. Compléter, s'il y a lieu.

6. À partir des différents motifs listés, inviter les élèves à laisser aller leur imagination pour inventer des solutions alternatives à la consommation de drogues et leur permettre de faire des « trips » au naturel!

   Une brève séance de relaxation ou l'audition d'une musique douce pourrait précéder cet exercice et faciliter l'émergence de solutions de rechange.

Enrichissement:

- Diviser la classe en équipes et demander à chaque équipe de fabriquer une affiche représentant des actions alternatives à la consommation de drogues. Inclure un slogan. Ces affiches pourraient être exposés dans l'école.
- Visionner le vidéo **Le monde en fumée** dans la série « Salut Santé » (voir bibliographie).
- Visionner le vidéo **Les drogues, parlons-en** (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des diverses drogues, leurs effets sur l'individu et leurs dangers selon la quantité consommée
  - — connaissance des divers motifs liés à la consommation et à la non-consommation de drogues
  - — connaissance qu'a l'élève des valeurs liées à la décision de prendre ou non des drogues.

- Mesure (comment):
  - — analyse des productions de l'élève (recherches, interview, tableau collectif, questionnaires, etc.)
  - — questionnement oral sur les divers aspects liés à la consommation de drogues (feuille-support A)
  - — analyse des commentaires et des interrogations de l'élève.

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intégration de connaissances acquises lors de l'exploration
  - — intérêt de l'élève à trouver des alternatives à la consommation de drogues

- Mesure (comment):
  - — analyse des productions
  - — observation des attitudes à des réactions de l'élève en regard de l'activité proposée
  - — analyse des propos de l'élève.

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.7.1)

Mise en situation

1re partie

Julie organise un party chez elle cette fin de semaine. Ses parents sont absents. Elle invite plusieurs jeunes dont Isabelle, sa meilleure amie, ainsi que Jean-Pierre, l'ami d'Isabelle. Au cours de la soirée, Julie fait circuler un joint de marijuana. Plusieurs jeunes en consomment. D'autres refusent. Quelqu'un passe le joint à Isabelle, qui n'a jamais essayé.

2e partie

Celle-ci le prend et après quelques hésitations, décide d'essayer. Quand vient le tour de Jean-Pierre, celui-ci dit « non merci » et passe le joint à son voisin.

THÈME: La pollution
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Je respecte l'environnement où je vis »

Fiche 1.8.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 8, page 70)

Respecter l'environnement scolaire, familial et public.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

8.1 Connaître les richesses que lui procure son environnement physique.

8.2 Reconnaître qu'il peut être un agent pollueur dans ses activités quotidiennes.

8.6 Connaître d'autres comportements qui permettraient de protéger l'environnement.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Environnement:
  - — scolaire
  - — familial
  - — public
- Comportements:
  - — moyens d'améliorer l'environnement

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

2e année O.I.: 8.2, 8.3, 8.4, 8.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent est capable de rechercher différentes solutions possibles à la résolution d'un problème et d'améliorer ainsi son environnement.

Rôle de l'enseignant: Durant cette activité, l'enseignant jouera le rôle de facilitateur. Il aidera les élèves à décrire leur environnement, à se questionner sur leur propre comportement et à identifier les moyens d'améliorer leur environnement familial, scolaire et public.

Il insistera sur le fait que chaque individu peut être un agent pollueur dans ses activités quotidiennes.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt des élèves pour le sujet
  - — acquis de l'élève en regard du thème: la pollution.
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève en regard du thème présenté
  - — analyse des propos et des interrogations de l'élève.

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves les feuilles-supports A, B, C. Inviter les élèves à décrire leur environnement familial, scolaire et public et les richesses qu'ils y retrouvent. Nommer les agents polluants de leur environnement familial, scolaire et public.

2. Inviter les élèves à faire part au groupe de leurs analyses.

3. Distribuer aux élèves la feuille-support D et leur demander d'énoncer les moyens d'améliorer leur environnement familial, scolaire et public dans leur comportement de tous les jours.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance qu'a l'élève des richesses de son environnement familial, scolaire et public et des agents polluants dans son environnement
  - — compréhension de l'élève en regard de l'impact de son agir sur la qualité de son environnement.
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuilles-supports A, B,C)
  - — analyse des discussions effectuées en groupe
  - — questionnement oral sur le sujet.

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intégration des connaissances acquises sur la pollution et les comportements polluants.
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuille-support D)
  - — échange personnel avec l'élève sur sa protection

FEUILLE-SUPPORT A

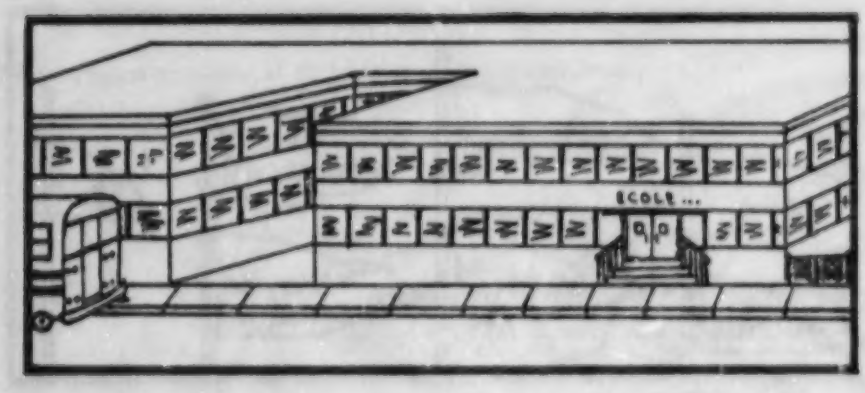
(fiche 1.8.1)

- Je décris mon environnement familial et ses richesses.

- Je nomme les agents polluants de mon environnement familial (qui, quoi)

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.8.1)

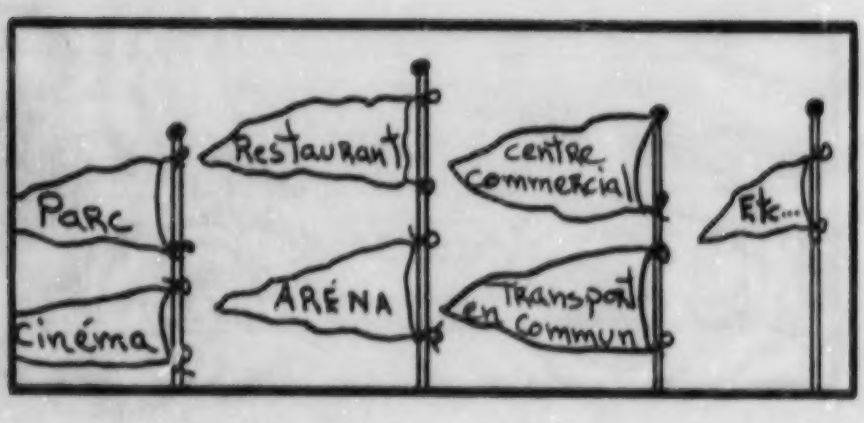


- Je décris mon environnement scolaire et ses richesses.

- Je nomme les agents polluants de mon environnement scolaire (qui, quoi)

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 1.8.1)



- Je décris mon environnement public et ses richesses.

- Je nomme les agents polluants de mon environnement public (qui, quoi)

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 1.8.1)

- Je trouve des moyens d'améliorer et de protéger mon environnement

— familial

— scolaire

— public

THÈME: Charge d'enfants
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Moi, je l'aime mon gardien »

Fiche 1.10.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 10, page 72)

Acquérir une connaissance suffisante des préalables à la prise en charge d'enfants.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

10.1 Reconnaître que la plupart des adolescents sont: amenés à assumer la garde d'enfants ou à assumer l'animation d'un groupe d'enfants.
10.2 Connaître la responsabilité que comporte la garde d'enfants.
10.3 Dresser la liste des désirs des parents donnant leur enfant à garder.
10.4 Dire pourquoi il est utile de connaître les attentes des parents qui font garder leurs enfants.
10.5 Indiquer les principaux accidents pouvant survenir alors qu'il assume la garde d'enfants ou lorsqu'il doit animer un groupe d'enfants.
10.6 Établir un répertoire d'activités susceptibles d'intéresser et de développer les enfants dont il a la charge.
10.7 Décrire ce qu'il doit faire en cas d'accident ou d'urgence alors qu'il assume la garde d'enfants.
10.8 Décrire ce qu'il doit faire pour assurer sa sécurité lorsqu'il a la garde d'enfants.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Besoin de gagner de l'argent
  – Désir d'assumer de nouvelles responsabilités
- Responsabilités que comporte la garde d'enfant: – réponse aux besoins fondamentaux des enfants aux attentes des parents
  – Responsabilités des parents (employeurs): – le salaire du gardien, les conditions de garde, etc.
- Attentes possibles des parents: – veiller à la santé et à la sécurité des enfants, organiser des activités, etc.
- Utilité: – meilleure relation avec les enfants, avec les parents, etc.
- Risques d'accident à l'intérieur d'un immeuble: – chute, incendie, blessures, etc.
- Risques d'accident à l'extérieur: noyade, engelures, etc.
- Répertoire d'activités: répertoire de jeux d'intérieur et d'extérieur adaptés à l'âge des enfants
- Mesures nécessaires: processus d'évacuation en cas d'incendie, premiers soins, numéros de téléphone à la portée de main (police, pompiers, voisins, parents).
- Mesures concernant: la sécurité au retour à la maison, pendant la prise en charge de la responsabilité.

Année 1ère

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Beaucoup d'adolescents de cet âge ont été sollicités ou seront sollicités pour la garde d'enfants, dans leur famille, à l'extérieur de la maison ou dans un organisme de loisirs. Les règles de sécurité à observer, les responsabilités à assumer et les attitudes à adopter sont des notions qui ne sont pas nécessairement toute intégrées.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant agira surtout comme facilitateur et guidera les élèves dans l'organisation et la mise en oeuvre du travail d'équipe.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Document « Gardiens avertis » produit par la Société Canadienne de la Croix-Rouge (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Inviter les élèves à composer individuellement un texte sous forme d'annonce classée. Une moitié du groupe se met dans la peau d'un jeune enfant qui est à la recherche d'un gardien. L'autre moitié se met dans la peau d'un adolescent qui offre ses services comme gardien d'enfants.

  Les textes doivent être brefs et clairs clairement ressortir, pour le premier groupe, les attentes du jeune enfant face au gardien et pour le second groupe, les services que l'adolescent offre comme gardien d'enfants.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour le sujet
  — compréhension des consignes.
- Mesure (comment):
  — observation de l'attitude et des réactions de l'élève face à l'activité proposée
  — analyse des propos et des interrogations de l'élève
  — questionnement oral sur la compréhension des consignes

DÉROULEMENT

1. Demander à certains élèves de faire la lecture de leur annonce classée.

   Animer une discussion sur les raisons qui les amènent à vouloir garder, sur les responsabilités sous-jacentes et sur les exigences des parents face au gardien.

2. Inviter les élèves à effectuer une recherche sur les divers aspects qui entourent la responsabilité de garder des enfants. Proposer les thèmes de la feuille-support A. Si possible, distribuer les thèmes de recherche selon les intérêts des élèves.

3. Suggérer un plan d'action pour le travail d'équipe et fixer une date d'échéance pour la remise du travail.

4. À la date prévue, permettre à chaque équipe de présenter les informations recueillies.

Enrichissement:

- À l'aide des informations recueillies, préparer un dépliant illustré et humoristique dans lequel un jeune enfant qui se fait garder décrit ses attentes et les attentes de ses parents.
- Inviter des parents à venir parler de leurs attentes vis-à-vis un gardien d'enfant.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance qu'a l'élève des responsabilités liées à la garde d'enfants, des exigences des parents, des mesures de sécurité, des activités de garde ainsi que des besoins et attentes des enfants
- Mesure (comment):
  - — analyse des annonces préparées par les élèves
  - — analyse des discussions effectuées
  - — analyse périodique des recherches entreprises par l'élève

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — acquisition des connaissances sur les préalables à la prise en charge d'enfants.
- Mesure (comment):
  - — analyse des informations recueillies par l'élève lors de sa recherche sur les divers thèmes donnés (feuille-support A).

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.10.1)

Aspects entourant la responsabilité d'assumer la charge d'enfants

Équipe 1:

- Interviewer des parents sur leurs attentes lorsqu'ils font garder leurs enfants.
- Dresser une liste de ces attentes.
- À partir de ces attentes, dresser une liste des responsabilités que doit assumer un gardien.

Équipe 2:

- Dresser une liste des accidents qui peuvent survenir à l'intérieur de la maison et des moyens de les prévenir.

Équipe 3:

- Dresser une liste des accidents qui peuvent survenir à l'extérieur de la maison et des moyens de les prévenir.

Équipe 4:

- Dresser une liste d'activités intérieures susceptibles d'intéresser les enfants (selon les groupes d'âge).

Équipe 5:

- Dresser une liste d'activités extérieures susceptibles d'intéresser les enfants selon les groupes d'âge.

Équipe 6:

- Décrire les gestes d'urgence dans le cas de feu, de brûlure, d'empoisonnement, de chute, de blessure, de noyade, d'étouffement, etc.
- Dresser la liste des personnes à qui l'on peut s'adresser en cas d'urgence.

Équipe 7:

- Dresser une liste des renseignements que le gardien doit demander avant le départ des parents.
- Dresser la liste de ce qu'il doit faire pour assurer sa sécurité.

THÈME: Premiers soins
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Pas de panique!... »*

Fiche 1.11.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 11, page 74)

Décrire les consignes de base en vue de donner les premiers soins.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

11.1 Distinguer premiers soins et traitement.*

11.2 Décrire le type d'intervention pratiquée en cas de premiers soins.*

11.3 Décrire l'attitude générale à adopter en cas de premiers soins.*

11.4 Décrire le comportement général à adopter en cas de premiers soins.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Premiers soins:
  - — soins immédiats en attendant la venue d'un médecin
- Traitement:
  - — intervention médicale
- Intervention:
  - — buts de l'intervention
  - — nature de la responsabilité
  - — temps où elle est faite
- Attitude générale:
  - — attitude à l'égard du blessé
  - — attitude en ce qui concerne sa propre sécurité
- Comportements généraux:
  - — l'exécution
  - — l'application de techniques de secourisme
  - — sa sécurité

Année 1ère

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

fiche 2.11.2
O.I.: 11.3, 11.4, 1.5, 11.6, 11.7, 11.8, 1.9, 11.10

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les adolescents de cet âge sont sensibles aux accidents et ne se font pas prier pour donner des secours aux accidentés. Cependant, ils ne savent pas toujours ce qu'il faut faire et agissent parfois de telle sorte que ce qu'ils font risque d'aggraver la situation.

Il est donc important qu'ils connaissent les consignes de base en cas d'urgence d'autant plus qu'à cet âge, ils assument souvent la garde d'enfants.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant jouera un rôle de catalyseur. Il aide les élèves à prendre conscience de l'ensemble des facteurs à considérer lorsqu'ils sont sur les lieux d'un accident. Cette activité pourrait s'intégrer à l'activité ayant pour thème la charge d'enfants, lorsqu'il s'agit du comportement à adopter en cas d'accident ou d'urgence. Il est à noter que cette activité ne vise pas l'étude approfondie des premiers soins mais seulement une connaissance générale. Pour des connaissances plus approfondies, il est fortement suggéré de suivre des cours de secourisme.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes
- Documentation sur les premiers soins. Ex.: - Guide d'activités de la CSST - Le livre « Secourisme de la Croix-Rouge (voir bibliographie)
- Feuille-support A
- Feuille-support B (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- L'enseignant fait décrire une situation où quelqu'un de la classe a subi un accident ayant nécessité des premiers soins.
- Il leur propose ensuite une démarche leur permettant d'en savoir davantage sur les procédures à suivre en cas d'accident.

ÉVALUATION

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activités 2.11.1. à 2.11.4.

DÉROULEMENT

1. Proposer aux élèves un jeu de rôles. Inviter quelques élèves à mimer la scène d'un accident nécessitant des premiers soins. Distribuer la feuille-support A aux acteurs.

2. Demander aux élèves spectateurs de noter les attitudes et les réactions des acteurs.

3. Suite à l'exécution de la scène, demander aux élèves d'énumérer les actions des acteurs, l'ordre dans lequel elles ont été exécutées et les attitudes des acteurs tout au long de leurs interventions. Noter au tableau.

4. Analyser avec les élèves le déroulement de la scène afin de déterminer si les secouristes ont tout fait ce qu'il fallait faire en cas d'accident.

5. Demander aux acteurs s'ils savaient quoi faire lorsqu'ils ont mimé la scène et s'ils pensent qu'ils auraient été habiletés à donner des secours adéquats si la situation avait été réelle.

6. Amener les élèves à constater l'importance de connaître les priorités et les consignes de base lorsqu'on porte secours, en faisant un survol des différentes situations quotidiennes ou circonstances où ils peuvent être témoins d'un accident (ex.: garde d'enfants, activité sportive, etc.).

7. Reprendre les éléments de la mise en scène notés au tableau (attitudes et comportements) et dégager:
   - le type d'intervention pratiquée lorsqu'on porte secours;
   - l'attitude générale à adopter;
   - les étapes à suivre lorsqu'on porte secours (c.f. feuille-support B).

   Insister sur l'importance d'alerter immédiatement si on ne sait pas quoi faire ou si on ne connaît pas les manoeuvres de secourisme.

Enrichissement:

- Échange sur: Comment donner l'alerte? Comment appeler l'ambulance (cf. le livre **Secourisme** de la Croix-Rouge, chapitre 7).
- Cours de secourisme à l'intention des parents et élèves intéressés.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt de l'élève pour l'activité.
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des réactions des élèves.

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - connaissance qu'a l'élève des premiers cours à donner lors d'un accident
  - intérêt pour l'exercice proposé
  - prise de conscience de l'importance d'être bien informé avant d'intervenir
  - compréhension des concepts de base.
- Mesure (comment):
  - analyse des propos des élèves
  - questionnement oral portant sur les concepts de base et les contenus s'y rattachant
  - analyse de la démarche critique des élèves.

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - amélioration des connaissances concernant les notions de base en premiers secours
  - intégration des connaissances.
- Mesure (comment):
  - questionnement oral sur les éléments d'apprentissage.

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 1.11.1)

Scénario pouvant être utilisé au point 1 du déroulement

Personnages: Deux personnes dévalent une pente en planche à roulettes.

Quatre personnes au coin d'une rue parlent du dernier cours ennuyeux qu'ils ont eu le matin.

Action: Les deux experts de la planche à roulettes descendent la pente à toute vitesse en essayant de maintenir leur équilibre.

Juste avant d'arriver au coin, l'un d'eux fait une fausse manoeuvre, perd l'équilibre, accroche l'autre et tous deux tombent par terre et se fracturent une jambe.

Ils tombent juste devant ceux qui se tenaient au coin de la rue. Ceux-ci voient l'accident et se hâtent d'aller les secourir.

Les secouristes improvisés font tout ce qu'ils pensent devoir être fait.

IMPORTANT

Demander aux acteurs de mettre l'accent sur les actions et les réactions des secouristes.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 1.11.1)

A. Notions de base:

PREMIERS SECOURS: Intervention dont le but est de fournir une aide immédiate à l'accidenté.

- *lors de blessures mineures*, le secouriste agit de manière à diminuer l'inconfort et à ne pas aggraver les blessures;
- *lors de blessures graves*, il effectue immédiatemot les **manoeuvres connues** afin de préserver la vie et de ne pas aggraver les blessures, et il demande immédiatement l'aide de personnes spécialisées (personnel médical).

TRAITEMENT:

- ce terme est réservé aux actions du personnel médical. Un secouriste ne doit jamais s'aventurer dans ce domaine.

ATTITUDES:

- le secouriste doit toujours agir à partir des connaissances qu'il possède. Il ne doit jamais s'aventurer dans des actions dont il ne connaît pas les conséquences;
- le secouriste doit toujours rester calme;
- le secouriste doit toujours être sécurisant pour l'accidenté;
- le secouriste doit toujours être alerte et agir avec rapidité et efficacité.

COMPORTEMENT:

- le secouriste doit connaître le schéma d'intervention du secouriste et le suivre rigoureusement.

B. Schéma d'intervention

1. **Évaluer la situation**
2. **Faire un examen provisoire**
3. **Donner immédiatement les secours requis (si manoeuvres connues, sinon alertcr immédiatement)**
4. **Communiquer avec les services d'urgence**

1. Évaluer la situation

- Assurer sa sécurité et celle de la victime
- Rester calme et agir sans précipitation
- Parler et écouter la victime si elle est consciente
- Demander l'aide d'un passant pour la circulation et appeler l'ambulance.

FEUILLE-SUPPPORT B (suite)

(fiche 1.11.1)

2. Examiner la personne

Examen primaire

1. Respiration?
2. Pouls?
3. Hémorragie?
4. État de choc?

Examen secondaire

1. Fractures à la colonne vertébrale
2. Inconscience?
3. Autres blessures?

OBSERVATION ET QUESTIONNEMENT

3. Donner immédiatement les secours → si manoeuvres connues, sinon

1. *Sauver la vie d'abord*
   1. Pratiquer la respiration artificielle
   2. Réanimer la personne
   3. Contrôler l'hémorragie
   4. Placer en position de récupération
2. *Empêcher l'aggravation d'autres blessures*
   1. Si fracture à la colonne vertébrale, stabiliser dans la position trouvée
   2. Si inconscience, coucher de côté
   3. S'occuper des autres blessures ensuite

4. Communiquer avec les services d'urgence

Les procédés les plus urgents pour sauver la vie:

1. Si le sujet ne respire pas, dégager les voies respiratoires en plaçant le sujet dans la position recommandée et commencer immédiatement la respiration artificielle.
2. Si le coeur ne bat pas, pratiquer la réanimation cardio-respiratoire.
3. Si la personne est en état de choc, la coucher à plat.
4. Maîtriser tout saignement abondant.

Les mesures les plus urgentes pour empêcher la condition de s'aggraver:

1. Ne pas déplacer une victime si elle est blessée à la colonne vertébrale. La stabiliser dans la position dans laquelle elle a été trouvée.
2. Placer en position de recouvrement si la personne est inconsciente et si la personne n'a pas de fracture de la colonne.

Les mesures de support général:

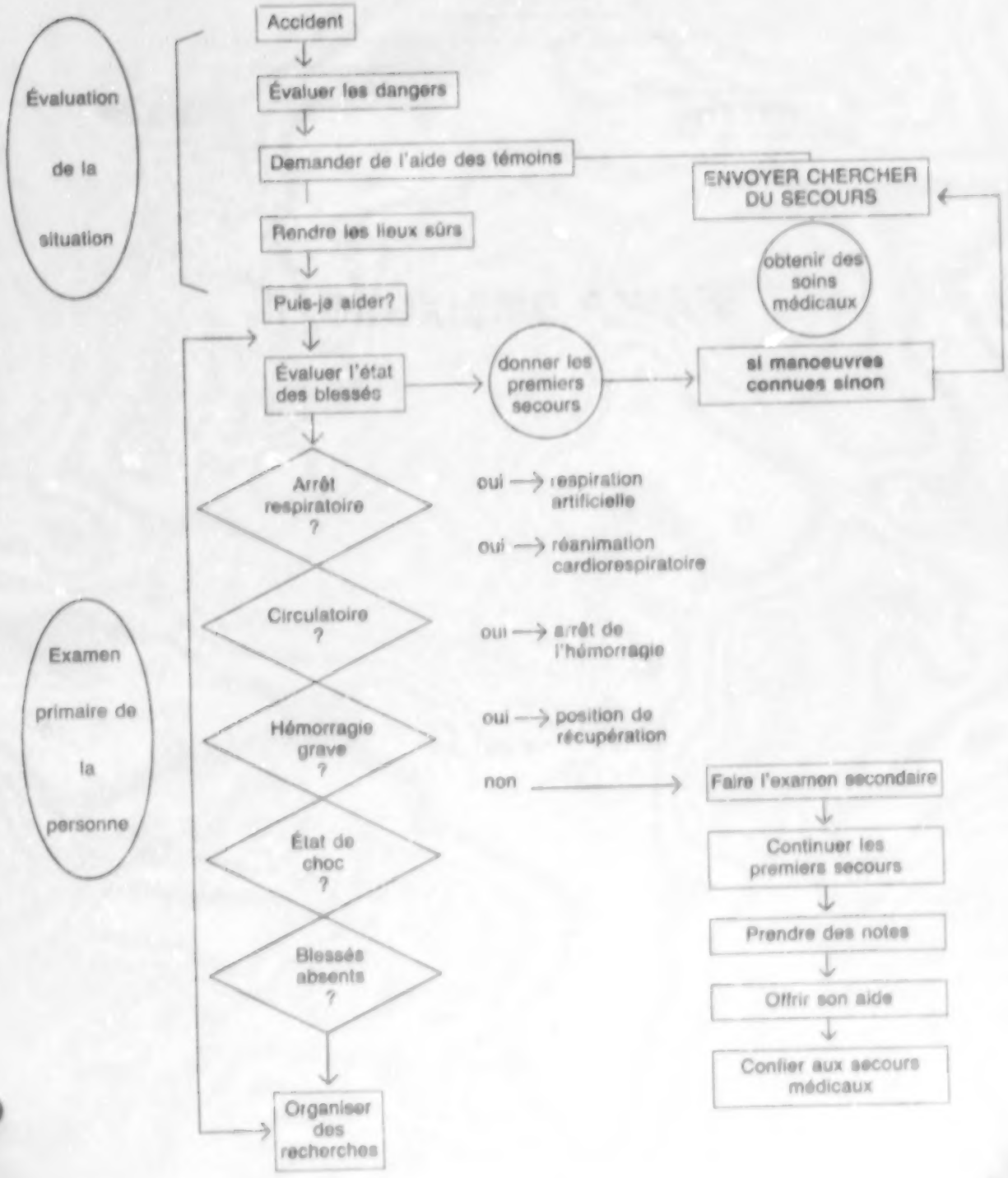
1. Calmer l'anxiété de la victime et gagner sa confiance en l'encourageant et la réconfortant.
2. La protéger de la chaleur ou du froid excessif.
3. Continuer à surveiller la victime.
4. Laisser la personne dans la position qui lui semble la plus confortable.
5. Appeler les services d'urgence le plus tôt possible.

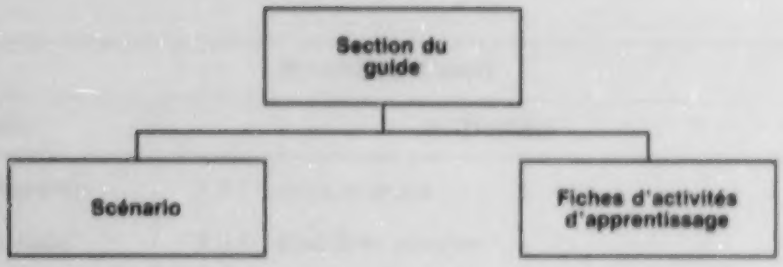
N.B. Si une ambulance est accessible rapidement, ne faire que le strict nécessaire.

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 1.11.1)

Schéma des actions des secouristes





2

DEUXIÈME ANNÉE

Le scénario proposé est le suivant:

DEUXIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
2.2 Hygiène corporelle	2.2.1* Je revendique	60 minutes
2.3 Hygiène mentale	2.3.1 Bien dans ma peau?	120 minutes
2.4 Les véhicules	2.4.1 Moi, j'embarque prudemment Autres activités**	60 minutes
2.7 Drogues	2.7.1 Silence, on s'exprime	60 minutes
2.8 La pollution	2.8.1 Partout, un environnement respecté	60 minutes
2.9 Les loisirs	2.9.1 Le loisir, un bienfait dans ma vie	60 minutes
2.11 Premiers soins	2.11.1 Que faire?	120 minutes

2

* Le premier chiffre précédant chaque titre d'activité d'apprentissage correspond à la classe, le second à l'objectif terminal du programme et le troisième à la séquence dans le nombre d'activités d'apprentissage.
Exemple: Les chiffres 2.2.1 signifient: deuxième année, objectif terminal 2 du programme, première activité d'apprentissage.

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités présentées dans le guide « **La sécurité routière à l'école** ».

THÈME: Hygiène corporelle
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Je revendique »

Fiche 2.2.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 2, page 60)

Appliquer les règles d'hygiène corporelle qui conviennent aux adolescents.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

2.6 Assurer les conditions nécessaires à un sommeil réparateur.

2.7 Pratiquer des activités de plein air en prenant les précautions qui s'imposent

2.8 Faire régulièrement de l'exercice physique.

2.9 Porter des vêtements adéquats.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Conditions:
  - connaissance de ses besoins
  - ajustement des heures de sommeil à ses besoins
  - lieux de repos
  - état physique et mental
- Précautions vis-à-vis du soleil et du froid:
  - protection du corps (huile, crème)
  - temps d'exposition
- Exercice physique:
  - importance de la pratique de l'activité physique
  - dépense énergétique
  - choix d'activités en fonction de son état de santé
- Vêtements:
  - choix de vêtements selon les diverses conditions de température et selon les diverses activités
  - propreté des vêtements
  - port de sous-vêtements adéquats

Année 2e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 1.2.1
O.I.: 2.1, 2.2, 2.3, 2.4, 2.5

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'autonomie progressive des adolescents de cet âge entraîne souvent des modifications de comportement face à certaines habitudes d'hygiène, lesquelles ne sont pas sans conséquence sur leur santé. Les heures de sommeil sont souvent insuffisantes, l'activité physique peut être pratiquée à l'excès ou négligée au profit de la télévision ou d'autres activités sédentaires.

Le choix des vêtements est davantage guidé par l'influence de la mode et des pairs plutôt que par la température ou les activités.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant proposera aux élèves de se servir de leur vécu pour identifier les différentes conséquences des situations proposées.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire
- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- Distribuer la feuille-support A et lire le texte avec les élèves. Leur demander d'imaginer qu'ils sont des travailleurs et travailleuses... et qu'ils veulent revendiquer de meilleures conditions de vie.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt de l'élève pour le sujet
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes, des réactions et des commentaires de l'élève

DÉROULEMENT

1. Expliquer aux élèves que leur revendication, pour être crédible, doit s'appuyer sur des arguments valables.

   Pour faciliter leur argumentation, les inviter à faire en équipe, la démarche suivante:

   - Identifier les situations problématiques vécues par les travailleurs, travailleuses.
   - Identifier les conséquences de ces situations sur leur bien-être physique et mental.
   - À l'aide de la feuille-support B, énumérer les conditions idéales pour chaque problème cerné, ainsi que les conséquences positives de ces conditions sur leur bien-être physique et mental.

2. Inviter les élèves à rédiger, à l'aide des éléments ressortis, un court texte adressé à l'employeur, revendiquant de meilleures conditions de vie. Les élèves peuvent caricaturer leur plaidoyer par un ton théâtral, des formules telles que « attendu que », « étant donné que », etc.

3. Demander au porte-parole de chaque équipe de lire le plaidoyer devant la classe.

4. Demander au groupe de voter pour la plaidoirie la plus convaincante.

5. Pour conclure, rappeler aux élèves que, face à certaines habitudes de vie, il sont de plus en plus autonomes; ils sont en quelque sorte leur propre employeur. Les inviter à réfléchir sur les conditions qu'ils se donnent par rapport aux thèmes abordés durant l'exercice.

Enrichissement:

- Réflexions concernant les habitudes de vie dans leur journal personnel.
- Visionner le vidéo **Les signaux du corps** dans la série « Salut Santé » (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — acquis de l'élève en regard de la notion de santé
  - — connaissance des conditions relatives au bien-être physique et mental ainsi qu'à leurs conséquences
- Mesure (comment):
  - — analyse des discussions effectuées en équipe
  - — analyse des productions (feuille-support B, plaidoyer)

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — ouverture de l'élève à reviser son mode de vie
- Mesure (comment):
  - — analyse des commentaires exprimés
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève suite à la réflexion proposée.

2

DÉROULEMENT

1. Expliquer aux élèves que leur revendication, pour être crédible, doit s'appuyer sur des arguments valables.

   Pour faciliter leur argumentation, les inviter à faire en équipe, la démarche suivante:

   - Identifier les situations problématiques vécues par les travailleurs, travailleuses.
   - Identifier les conséquences de ces situations sur leur bien-être physique et mental.
   - À l'aide de la feuille-support B, énumérer les conditions idéales pour chaque problème cerné, ainsi que les conséquences positives de ces conditions sur leur bien-être physique et mental.

2. Inviter les élèves à rédiger, à l'aide des éléments ressortis, un court texte adressé à l'employeur, revendiquant de meilleures conditions de vie. Les élèves peuvent caricaturer leur plaidoyer par un ton théâtral, des formules telles que « attendu que », « étant donné que », etc.

3. Demander au porte-parole de chaque équipe de lire le plaidoyer devant la classe.

4. Demander au groupe de voter pour la plaidoirie la plus convaincante.

5. Pour conclure, rappeler aux élèves que, face à certaines habitudes de vie, il sont de plus en plus autonomes; ils sont en quelque sorte leur propre employeur. Les inviter à réfléchir sur les conditions qu'ils se donnent par rapport aux thèmes abordés durant l'exercice.

Enrichissement:

- Réflexions concernant les habitudes de vie dans leur journal personnel.
- Visionner le vidéo **Les signaux du corps** dans la série « Salut Santé » (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — acquis de l'élève en regard de la notion de santé
  - — connaissance des conditions relatives au bien-être physique et mental ainsi qu'à leurs conséquences
- Mesure (comment):
  - — analyse des discussions effectuées en équipe
  - — analyse des productions (feuille-support B, plaidoyer)

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — ouverture de l'élève à reviser son mode de vie
- Mesure (comment):
  - — analyse des commentaires exprimés
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève suite à la réflexion proposée.

2

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.2.1)

De jeunes travailleurs et travailleuses ont été affectés à un projet spécial dans une région isolée du Québec. Ils y travaillent depuis un an et leurs conditions de vie se détériorent de plus en plus.

Leur travail étant très exigeant et très stressant, il est important qu'ils soient dans une bonne forme physique et mentale pour l'exercer.

Or, certaines de leur condition de vie sont déplorables. En effet, le bruit constant, la mauvaise ventilation, un air trop sec ou trop humide les empêchent de bénéficier d'un sommeil réparateur.

Étant donné l'éloignement, ils ne peuvent pas toujours se procurer des vêtements adéquats pour se protéger du soleil et du froid; ils risquent donc des problèmes de santé selon les saisons.

Par ailleurs, ils n'ont aucune possibilité de faire de l'activité physique et de s'adonner à certains loisirs...

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 2.2.1)

1. Quelles sont les conditions nécessaires à un sommeil réparateur?

2. Quelles en sont les conséquences positives sur le bien-être physique et mental?

3. Quelles sont les conditions idéales à la pratique de l'exercice physique?

4. Quelles en sont les conséquences positives sur le bien-être physique et mental?

5. Quelles sont les conditions idéales lors de l'exposition au soleil et au froid (protection de la peau, port de vêtements adéquats)?

6. Quelles en sont les conséquences?

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 2.2.1)

Notions générales

Sommeil:

- Le nombre d'heures de sommeil varie beaucoup selon les individus. Quelques-uns sont frais et dispos après quelques heures alors que d'autres ont besoin d'un sommeil prolongé. En moyenne, les adolescents ont besoin d'une dizaine d'heures de sommeil par nuit.

- Les éléments suivants peuvent nuire à un sommeil réparateur: un matelas trop mou, un air trop sec ou vicié, une température trop chaude ou trop froide, le bruit, l'ingestion de café, de thé ou de cola ou d'une collation trop substantielle, des exercices violents dans les heures précédant le sommeil...

- Les signes évidents de privation de sommeil sont les suivants: manque de concentration (ex.: ne pas arriver à comprendre le sens de ce qu'on lit), perte de mémoire, surtout à court terme (noms des gens, des numéros de téléphone...), sensation de fatigue, mauvaise humeur, réactions moins rapides, manque d'entrain, etc.

- Certaines astuces peuvent apprivoiser le sommeil: une promenade après le souper, un bain chaud ou tiède, une atmosphère calme et agréable, la lecture, une tisane ou un lait chaud sont souvent efficaces.

  Un matelas ferme, une chambre bien aérée avec un degré d'humidité satisfaisant, des vêtements amples sont aussi des conditions favorisant un sommeil réparateur.

- Il est aussi important de respecter ses rythmes naturels et selon certains spécialistes, les signaux de sommeil (baillement, paupières lourdes...) se manifeste aux deux heures, avec plus ou moins d'intensité. Si on ne se met pas au lit à ce moment, il faudra attendre encore deux heures avant de retrouver facilement le sommeil.

- Le corps et le cerveau ne sont pas inactifs pendant le sommeil. Au contraire, pendant que nous dormons, l'usine biochimique qu'abrite notre corps produit certaines hormones et anticorps, emmagasine, nettoie, se libère de certaines tensions, etc.

- Ni les pilules, ni l'alcool ne procurent le repos d'un sommeil réparateur. Le corps seul se repose alors que l'esprit sort de ces sommeils artificiels presque aussi fatigué qu'au moment de s'endormir.

- Les adolescents ont souvent tendance à se coucher à des heures tardives. Bien dormir est cependant essentiel pour être en forme et réussir leurs activités.

Précautions en regard du soleil:

- La tolérance au soleil et la rapidité de bronzage varient d'une personne à l'autre selon le type de peau. Les personnes au teint foncé possèdent plus de mélanine et bronzent plus facilement que les personnes au teint pâle.

- Il ne faut pas oublier que l'intensité des rayons du soleil est plus grande entre 10 et 15 heures et atteint son sommet à midi, et que l'on brûlera plus facilement sur une pente de ski ou sur la plage. En effet, le sable, l'eau et la neige reflètent les rayons du soleil.

- Pour se protéger des brûlures, s'exposer très graduellement au soleil et utiliser les produits anti-solaires convenant à votre type de peau (pour les peaux fragiles, utiliser une préparation offrant une protection maximale contre les brûlures). Il est préférable de porter des tissus clairs car ils répercutent les rayons lumineux.

- Il ne faut jamais laisser les bébés et les jeunes enfants longtemps exposés au soleil.

- Le bronzage n'est qu'une exigence purement esthétique. Médicalement, il se défend mal. Une trop grande exposition aux rayons ultra-violets accélère le vieillissement de la peau et peut même être à l'origine de certains cancers de la peau. La prudence est donc de mise.

Précautions en regard du froid:

- Il est important de porter des vêtements chauds et secs pendant la saison froide. Les tissus sombres absorbent les rayons lumineux calorifiques.
- La gelure superficielle touche habituellement les oreilles, le nez, les joues, le menton, les doigts et les orteils. Elle se produit lentement. Elle est sans douleur lors de son développement et souvent imperceptible par le sujet.
- La gelure est perceptible par un soudain blanchissement de la peau. Si la gelure est identifiée dès le début, les tissus peuvent ne pas être endommagés et on peut la traiter soit par pression ferme et soutenue d'une main chaude (pas de friction), soit en soufflant sur la partie affectée ou, s'il s'agit des doigts, en les plaçant, sans les bouger, sous les aisselles.

Port de vêtements adéquats:

- Pour l'activité physique, porter des vêtements qui permettent une grande liberté de mouvements et qui absorbent la sueur, ainsi que des chaussures avec un bon support, afin de prévenir les foulures et les renversements latéraux.
- Enlever ses bottes à l'intérieur pendant l'hiver.
- Laver ses vêtements aussi souvent que nécessaire; les bas et les sous-vêtements devraient être lavés tous les jours.
- Des pantalons trop serrés, des sous-vêtements moulants en tissu synthétique ou en couleur, peuvent causer des démangeaisons, des irritations.

Activité physique:

- L'activité physique occupe une place prépondérante tant pour la conservation que pour l'amélioration de la santé. Pour vivre en forme, il est très important de prévoir des activités physiques régulières qui devraient permettre de maintenir ou d'améliorer la condition physique. Les principaux déterminants de la condition physique sont:
  - la capacité cardio-vasculaire
  - la vigueur musculaire (force et endurance)
  - la flexibilité (souplesse)
  - le pourcentage de graisse dans le poids corporel
  - la posture
  - la capacité de relaxation

THÈME: Hygiène mentale
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Bien dans ma peau? »

Fiche 2.3.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 3, page 62)

Indiquer les besoins qu'il faut satisfaire pour être bien dans sa peau.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

3.1 Dire avec ses propres termes ce que signifie pour lui « être bien dans sa peau ».
3.2 Donner des exemples de la vie courante où il s'est senti bien dans sa peau.
3.3 Avoir une discussion avec ses pairs pour connaître ce que signifie pour chacun « être bien dans sa peau ».
3.4 Dégager les principaux éléments qui caractérisent le sentiment d'être bien dans sa peau.
3.5 Identifier l'impact de chacun de ces éléments sur le bien-être psychique de la personne.
3.6 Dégager les liens existant entre ces éléments.
3.7 Indiquer le besoin prioritaire à satisfaire pour être bien dans sa peau.
3.8 À partir des discussions précédentes identifier les besoins qu'il semble avoir satisfaits et ceux qu'il doit satisfaire pour être bien dans sa peau.
3.9 Indiquer des actions personnelles lui permettant d'être davantage bien dans sa peau.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Éléments: confiance en soi, estime de soi, plaisir, goût de vivre, autonomie, bien-être corporel, identité personnelle, harmonie intérieure, etc.
- Impact: sentiments éprouvés en présence d'un de ses éléments
- Liens: confiance en soi, estime de soi, identité personnelle, goût de vivre, autonomie, plaisir, harmonie
- Besoin prioritaire: confiance en soi, impact de la confiance en soi sur la satisfaction des autres besoins
- Degré de satisfaction des besoins: de confiance en soi, d'estime de soi, de plaisir, de goût de vivre, d'autonomie, d'identité personnelle, d'harmonie intérieure
- Actions personnelles: démarches de connaissance de soi, exploration d'activités nouvelles, défis nouveaux, expression de ses idées, sentiments, désirs

Année 2e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: « Être bien dans sa peau » est une expression qui traduit assez bien ce que les adolescents considèrent comme primordial et essentiel. C'est un concept qui fait image dans leur esprit même s'il n'est pas spontanément relié à la satisfaction de l'ensemble des besoins.

Les besoins psycho-sociaux sont délicats à satisfaire à l'adolescence du fait de l'ambivalence, des contradictions internes qui caractérisent cette période, du fait aussi de la modulation de ces besoins qui varient beaucoup tout au long de l'adolescence.

L'adolescent a besoin des adultes et de ses pairs pour l'aider à s'accepter, à s'aimer, à se faire confiance, etc.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant agira ici en tant que facilitateur lors de la réalisation du photo-montage et de la mise en commun du travail en équipe.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologue, travailleur social...
- Magazines, revues...
- Cartons d'environ 55 cm × 65 cm, ciseaux, colle
- Feuille-support B, fiche 1.1.1 (contenu pour l'enseignant)
- Feuille-support A (facultatif)

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent, demander aux élèves d'apporter de vieilles revues ou magazines illustrés.
- Proposer aux élèves de réaliser en équipe, à l'aide de découpures de magazines, un photo-montage qui représente à travers une ou des situations quotidiennes un(e) adolescent(e) qui se sent « bien ou mal dans sa peau ».

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour le sujet de l'activité proposée
- Mesure (comment):
  — observation des réactions de l'élève en regard du sujet

DÉROULEMENT

1. Répartir les sujets et les équipes selon les modalités que l'enseignant privilégie. Fournir aux élèves le matériel requis pour le photo-montage. Allouer la période pour l'exercice.

2. Inviter chaque équipe à présenter leur photo-montage. Demander d'expliquer pourquoi ils ont choisi de représenter l'adolescent « bien ou mal dans sa peau » selon la situation illustrée.

3. Suite à chaque présentation, avec l'aide du groupe, tenter de dégager les caractéristiques de l'ensemble du photo-montage et les besoins qui semblent satisfaits ou non satisfaits, selon le cas.

4. En conclusion, en s'inspirant des situations présentées, demander aux élèves d'inventorier des moyens simples et concrets qui pourraient aider un adolescent « mal dans sa peau ».

5. À l'aide de la feuille-support A, proposer aux élèves qui en ont le goût de faire une démarche personnelle qui leur permettra d'être davantage « bien dans leur peau ».

Enrichissement:

- Expérimenter avec les élèves la démarche de résolution de problème à partir d'une histoire de cas.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — conception qu'a l'élève de la notion de bien-être
  - — connaissance des éléments qui caractérisent le sentiment de bien-être, l'impact de chacun d'eux sur le bien-être ainsi que leurs interrelations
  - — connaissance des besoins à satisfaire pour être bien dans sa peau

- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (photo-montage)
  - — analyse des discussions des commentaires et des interrogations de l'élève

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — ouverture de l'élève à améliorer son bien-être personnel

- Mesure (comment):
  - — observation des réactions de l'élève suite à la démarche proposée
  - — analyse des interrogations et des commentaires

2

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.3.1)

Bien dans sa peau?

1. Identifie quelques situations que tu as vécues, où tu t'es senti(e) « bien dans ta peau ».

2. Selon toi, pourquoi te sentais-tu « bien dans ta peau » dans ces situations:

3. Identifie quelques situations que tu as vécues, où tu t'es senti(e) « mal dans ta peau »:

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 2.3.1)

4. Selon toi, pourquoi t'es-tu senti(e) « mal dans ta peau » dans ces situations?

5. À l'aide des situations que tu as décrites, écris quatre moyens simples, concrets, que tu peux entreprendre pour être « mieux dans ta peau »:

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 2.3.1)

Projet de changement

6. Quel moyen choisis-tu d'entreprendre pour « être mieux dans ta peau »? (choisis une des actions identifiées au n° 5 et reste réaliste).

_____

_____

_____

_____

7. Quand vas-tu expérimenter ce moyen, et comment?

_____

_____

_____

_____

8. Quels sont les effets que tu en attends?

_____

_____

_____

_____

Si tu le désires, demande à quelqu'un qui t'es proche de t'épauler, de t'encourager dans ton action.

THÈME: Les véhicules
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Moi, j'embarque prudemment »

Fiche 2.4.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 4, page 65)

Exposer les différents points à considérer en vue de la conduite des véhicules autorisés à l'âge de l'adolescence.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

4.12 Indiquer les diverses sortes d'accidents qui peuvent se produire à bord d'une embarcation.

4.13 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accidents à bord d'une embarcation.

4.14 Indiquer les moyens de réduire les risques d'accidents à bord d'une embarcation.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Sortes d'accidents: — noyade — blessures: coupe, hémorragie, pénétration d'un hameçon dans la chair, etc. — collision avec un nageur ou une autre embarcation — chavirement
- Circonstances augmentant les risques d'accidents: — mauvais temps — inexpérience — embarcation surchargée — mouvement intempestif — passagers ne sachant pas nager — équipement de sauvetage inadéquat — incompréhension des signaux reçus — eau très froide — navigation la nuit — consommation d'alcool ou autres drogues — risques possibles au moment du plein d'essence, etc.
- Moyens: — naviguer de jour et par beau temps — entretenir son bateau et son équipement — connaître le système de balisage canadien et le code maritime — connaître et respecter les lois, règlements et règles de sécurité concernant: l'équipement du bateau, l'équipement de sauvetage, la navigation en eau froide, les manoeuvres de rencontre — connaître les méthodes de secourisme — se munir d'une trousse de premiers soins

Année 2e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

2e année fiche 2.2.1 O.I.: 2.6, 2.7, 2.8, 2.9

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, le jeu chez l'adolescent n'a pas la même fonction ni le même contenu que chez les plus jeunes. Il s'apparente davantage à ce que font les adultes durant leurs loisirs. L'adolescent pense que ce qui est imaginable est nécessairement réalisable. Cette pensée le conduit souvent à des comportements téméraires parce qu'il veut dépasser ses limites et la juste mesure.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle d'animateur et de modérateur durant cette activité.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour le thème
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes de l'élève face au thème proposé
  — analyse des commentaires et des interrogations

DÉROULEMENT

1. Distribuer la feuille-support A.

2. Inviter les élèves à lire le texte et à discuter de l'utilisation d'une embarcation selon les normes de sécurité.

3. Interroger les élèves à l'aide de la question suivante: Connaissez-vous d'autres règles de sécurité nautique que vous devez respecter lorsque vous utilisez une embarcation?

4. Distribuer aux élèves la feuille-support B.

5. Inviter les élèves à décrire pour chaque accident énoncé les circonstances qui auraient pu être la cause de cet accident.

6. Discuter avec les élèves des moyens à prendre pour réduire les risques d'accidents à bord d'une embarcation.

   Note à l'enseignant: voir les éléments d'apprentissage.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance qu'a l'élève des règles de sécurité nautique
  - — connaissance des sortes d'accidents et des circonstances pouvant en être la cause
- Mesure (comment):
  - — analyse des discussions
  - — analyse des productions (feuille-support B)

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des moyens de réduire les risques d'accidents
- Mesure (comment):
  - — questionnement sur la notion de prévention
  - — analyse des commentaires de l'élève

2

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.4.1)

Utilisation d'une embarcation, selon les normes de sécurité.

Avant d'appareiller, il faut toujours déterminer le nombre de personnes qu'une embarcation peut transporter en toute sécurité.

Il est très dangereux de surcharger une embarcation. Le nombre de personnes dépend du genre d'embarcation, de la répartition des places occupées et du matériel à bord.

Tout conducteur doit connaître les limites de son embarcation.

La Garde côtière canadienne recommande ce qui suit:

Longueur de l'embarcation	Nombre de personnes (par temps calme)	Charge maximale
3 m.	2	185 kg
3,7 m.	3	260 kg
4 m.	4	335 kg
5 m.	5	440 kg
Si les eaux sont agitées, il est conseillé de prendre une personne de moins que le nombre indiqué ci-dessus.		

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 2.4.1)

Sortes d'accidents	Circonstances
Noyage	
Blessure	
Collision	
Chavirement	

THÈME: Drogues
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Silence, on s'exprime! »

Fiche 2.7.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 7, page 68)

Dégager les éléments de valeur sous-jacents à la décision de prendre ou non des drogues à des fins non médicales.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

7.1 Définir le mot « drogue ».
7.2 Indiquer les diverses drogues consommées par les adolescents (usage non médical).
7.3 Décrire sommairement les effets perceptibles sur l'individu de l'utilisation de drogues.
7.4 Nommer les dangers des différents types de drogues, selon la quantité consommée.
7.5 Discuter avec ses pairs des motifs que peuvent avoir les consommateurs de drogues de s'adonner à ces pratiques.
7.6 Indiquer les valeurs sous-jacentes aux motivations des personnes qui prennent des drogues.
7.7 Dire si la consommation de drogues permet d'atteindre à court et à long termes les effets poursuivis.
7.8 Indiquer les valeurs qui devraient être davantage prises en considération par les consommateurs de drogue.
7.9 Discuter avec ses pairs des valeurs qu'ils considéreraient face à la décision de prendre ou non des drogues.
7.10 Imaginer d'autres possibilités que la consommation de drogues.
7.11 Connaître les aspects légaux de la consommation des drogues.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Définitions: Substance ayant des effets sur le psychique et la physiologie de l'être humain
- Drogues diverses: tabac, alcool, marijuana, LSD, etc.
- Effets généraux perceptibles: — à court terme: sur les perceptions, les attitudes et les comportements — à moyen terme — à long terme
- Dangers: — dangers des diverses drogues
- Motifs possibles: obtenir des effets permettant de répondre à des besoins immédiats de détente, de plaisir, etc.
- Valeurs sous-jacentes possibles: la liberté d'action immédiate, l'affirmation de soi, le bien-être général, etc.
- Motifs et effets: liens entre motifs et effets à court, moyen et long termes
- Valeurs possibles: la santé, la liberté, etc.
- Valeurs personnelles
- Solutions de rechange: relaxation, loisirs, etc.
- Aspects légaux: code criminel, jurisprudence...

Année 2e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 1.7.1
O.I.: 7.1, 7.2, 7.3, 7.4, 7.5, 7.10

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: La consommation de tabac, d'alcool et d'autres drogues peut commencer à cet âge. Les motivations à consommer sont très diverses: « avoir du plaisir », « faire comme tout le monde », « se défouler », « combattre sa timidité », etc... La pression du groupe est encore très importante à ce moment et un groupe où il y a consommation va souvent tenter d'amener ses membres à consommer. Comme le jeune a besoin de l'approbation et de l'acceptation du groupe, il devient plus sensible aux pressions que celui-ci peut exercer.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant s'assure au préalable que les élèves ont acquis les connaissances sur les diverses drogues au cours de la première année du secondaire. Il planifiera l'organisation matérielle de la classe afin de faciliter le déroulement de l'activité. Il insistera sur l'importance de respecter la directive du silence. Il pourra susciter des idées en participant lui-même à la rédaction des expressions.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, travailleur social, psychologue, policier éducateur...
- Tableau et/ou grandes feuilles de papier et/ou banderolles
- Crayons feutres ou craies en nombre suffisant
- Brochure « Les drogues: des choix à faire » (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Proposer aux élèves de vivre une période d'expression non verbale ayant pour thème « Les drogues ». Le silence est de rigueur. Une musique calme, de détente, peut accompagner cette période.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour le sujet
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions de l'élève

DÉROULEMENT

1. Diviser la classe en 6 groupes et inviter les élèves à inscrire, en silence, aux endroits désignés par l'enseignant (tableau, feuilles collées au mur, etc.) sous les thèmes suivants:

   1er groupe: Les expressions utilisées par eux, leurs pairs ou la publicité pour inciter à consommer (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « Y'a rien là », « T'es pas game », « Fais pas le niaiseux », « Envoye donc », etc.

   2e groupe: Les expressions utilisées pour exprimer la décision de ne pas consommer (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « J'ai pas l'goût », « Non merci », « Je peux m'amuser sans ça », « Ça ne me tente pas », etc.

   3e groupe: Les motifs que peuvent avoir les consommateurs de drogues (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « pour oublier ses problèmes », « pour avoir du plaisir », « pour faire comme tout le monde », « pour me dégêner », etc.

   4e groupe: Les motifs que peuvent avoir ceux qui décident de ne pas consommer (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « Je veux me garder en santé », « j'ai peur d'essayer », « je ne veux pas devenir esclave », « mes parents ne veulent pas », etc.

   5e groupe: Les effets à court terme de la consommation (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « C'est agreable au goût », « ça donne du plaisir », « c'est irritant pour la gorge », « ça donne des hallucinations », etc.

   6e groupe: Les effets à long terme de la consommation (tabac, alcool et autres drogues).

   Ex.: « Maladies respiratoires », « esclavage », « poursuites judiciaires », « perte d'amis », etc.

2. Inviter les élèves à prendre connaissance en *silence* de l'ensemble de ce qui a été écrit. Leur accorder du temps pour compléter, s'il y a lieu, les thèmes sur lesquels ils ne se sont pas exprimés.

3. L'enseignant fait une synthèse de tout ce qui a été écrit et établit les liens entre les différents thèmes.

4. Rompre le silence et permettre aux élèves d'exprimer leur point de vue sur la question suivante:

   « Est-ce que la consommation de drogues permet d'atteindre à court et à long termes les effets poursuivis? »

5. Terminer l'activité en invitant les élèves à illustrer individuellement, par un dessin, des alternatives qui peuvent procurer certaines satisfactions reliés à la drogue, sans pour autant en avoir les inconvénients.

   Les élèves qui le souhaitent affichent leur dessin au babillard.

Enrichissement:

- Inviter une personne-ressource pour traiter des aspects légaux.
- Témoignage d'un ex-consommateur.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension des consignes liées au déroulement de l'activité
  - — connaissance des diverses drogues, des motifs liés à la consommation et à la non-consommation de drogues
  - — connaissance des effets à court et à long termes des drogues sur la santé
  - — connaissance des aspects légaux liés à la consommation de drogues
  - — connaissance des valeurs sous-jacentes à la décision de consommer ou non des drogues
- Mesure (comment):
  - — questionnement sur les modalités de déroulement de l'activité
  - — analyse des productions (affiches-banderolles)
  - — analyse des questions et des commentaires de l'élève
  - — questionnement sur les divers aspects liés aux drogues

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des alternatives à la consommation de drogues
  - — attitudes de l'élève face à la consommation de drogues
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions
  - — analyse des propos de l'élève suite à l'activité proposée

THÈME: La pollution
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Partout, un environnement respecté »

Fiche 2.8.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 8, page 70)

Respecter l'environnement scolaire, familial et public.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

8.2 Reconnaître qu'il peut être un agent polluer dans ses activités quotidiennes.

8.3 Observer les comportements des gens qui l'entourent en ce qui a trait au respect de l'environnement.

8.4 Indiquer parmi ces comportements ceux qui peuvent être considérer comme des comportements polluants.

8.6 Connaître d'autres comportements qui permettraient de protéger l'environnement.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Comportement des gens:
  - — à l'école
  - — à la maison
  - — dans des endroits publics
- Exemples de comportements polluants:
  - — jeter ses papiers partout
  - — jeter des aliments partout
  - — fumer dans une salle fermée
  - — faire un bruit excessif
  - — écrire sur les murs
  - — jeter des déchets n'importe où

Année 2e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année O.I.: 8.1, 8.2, 8.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, le respect de l'environnement semble préoccuper l'adolescent mais il ne réalise pas toujours que, par ses comportements, il est lui aussi un agent polluer.

Rôle de l'enseignant: Le rôle de l'enseignant consistera à aider l'élève à prendre conscience des conséquences de certains comportements adoptés par lui-même ou par les gens qui l'entourent. Il aidera l'élève à trouver les moyens de protéger son environnement et jouera le rôle de modérateur durant les discussions.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Demander aux élèves de nommer un endroit qu'ils considèrent pollué

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt pour le thème proposé
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève
  - — analyse des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves la feuille-support A.

2. Demander aux élèves de dresser la liste des activités quotidiennes durant lesquelles ils pourraient être des agents pollueurs.

3. Discuter avec les élèves des comportements de gens qui les entourent en ce qui a trait au respect de l'environnement et relever ceux qui pourraient être considérés comme des comportements polluants.

4. Distribuer aux élèves la feuille-support B.

5. Demander aux élèves d'observer les scènes illustrant des comportements polluants.

6. Inviter les élèves à rédiger pour chaque scène la règle à respecter qui permettrait de protéger l'environnement.

7. Discuter avec les élèves des conséquences du non-respect de l'environnement scolaire, familial et public.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des richesses de l'environnement
  - — connaissance de la notion de pollution
  - — connaissance qu'a l'élève de ses comportements polluants
  - — connaissance des divers comportements non polluants

- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuilles-supports A et B)
  - — analyse des propos et des interrogations de l'élève
  - — appel à l'expression de l'élève sur la notion de pollution

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — ouverture de l'élève à respecter son environnement
  - — connaissance des conséquences du non-respect de son environnement

- Mesure (comment):
  - — observation des comportements de l'élève lors de la discussion
  - — analyse des propos de l'élève

2

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.8.1)

À l'école	À la maison
Dans mes activités de loisirs	**Dans les endroits publics**

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 2.8.1)

... Règles à respecter...

THÈME: Les loisirs
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Le loisir, un bienfant dans ma vie »

Fiche 2.9.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 9, page 71)

Décrire sommairement les bienfaits personnels que divers loisirs peuvent apporter à chacun.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

9.1 Nommer divers loisirs possibles.

9.2 Dire avec ses propres termes ce que lui apporte personnellement la pratique de certains loisirs.

9.3 Discuter avec ses pairs sur ce qu'il ressent personnellement dans la pratique de certains loisirs.

9.4 Indiquer les bienfaits personnels qu'il recherche le plus dans certains loisirs.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Loisirs possibles:
  - lecture
  - sports (individuels, collectifs, plein air, etc.)
  - arts (cinéma, danse, peinture, musique, etc)
  - rénovation, bricolage
  - jeux de société
  - artisanat
  - voyage, etc.
- Exemples d'avantages personnels:
  - voir et entendre de belles choses
  - apprendre quelque chose
  - réussir quelque chose
  - joie de faire face à un défi
  - mieux connaître quelque chose
  - partager un plaisir avec d'autres
  - faire quelque chose d'excitant et de passionnant
  - le calme, la détente, etc.
- Sentiments personnels:
  - points de convergence
  - points de divergence

Année 2e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les activités de loisir sont des moyens qui permettent à l'adolescent de répondre à son besoin croissant d'autonomie, à sa recherche d'une identité personnelle et d'expériences nouvelles.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle de facilitateur tout au long de l'activité, de modérateur et d'organisateur lors du travail d'équipe.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Distribuer aux élèves la feuille-support A.
- Demander aux élèves de donner leur définition du mot « loisir » et d'illustrer les activités de loisirs qu'ils pratiquent.

Note à l'enseignant: Le loisir peut se définir comme le temps dont on dispose en dehors de ses occupations ordinaires.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour le thème proposé
  - acquis de l'élève en regard de la notion de « loisir »
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des réactions de l'élève
  - analyse des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves la feuille-support B.

2. Inviter les élèves à répondre aux énoncés.

3. Former des équipes et inviter les élèves à rédiger un court texte à partir de la question suivante: « Quels sont les bienfaits personnels que je recherche le plus dans la pratique de certaines activités de loisirs? »

4. Demander à un élève de présenter le travail de son équipe aux élèves de la classe.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension de la notion de « loisir »
  - — ouverture de l'élève à exprimer ses sentiments
- Mesure (comment):
  - — analyse des discussions
  - — observation des comportements et des attitudes de l'élève lors du déroulement de l'activité

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — importance qu'accorde l'élève aux loisirs dans sa vie
- Mesure (comment):
  - — analyse des présentations d'équipe

2

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.9.1)

— Qu'est-ce qu'une activité de loisir?

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 2.9.1)

Voici une liste des diverses activités de loisir que tu connais. Indiquer pour chacun un exemple et un bienfait qu'il t'apporte ou pourrait t'apporter.

Activités de loisir	Exemple	Bienfait
Un livre que tu as lu.		
Un sport que tu pratiques ou que tu aimerais pratiquer.		
Un bricolage que tu as réalisé.		
Un jeu de société auquel tu aimes participer.		
Le titre d'un de tes films préférés.		
Le genre de musique que tu écoutes.		
Un voyage ou randonnée que tu as aimé ou aimerais faire.		
Autres: _____		

THÈME: Premiers soins
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Que faire?... »

Fiche 2.11.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 11, page 74)

Décrire les consignes de base en vue de donner les premiers soins.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

11.3 Décrire l'attitude générale à adopter en cas de premiers soins.*
11.4 Décrire le comportement général à adopter en cas de premiers soins.*
11.5 Démontrer les soins à donner en cas d'urgence respiratoire.*
11.6 Décrire les premiers soins à donner en cas d'hémorragie causée par une coupure grave ou une plaie.*
11.7 Indiquer les premiers soins à donner en cas d'entorse et de fracture.*
11.8 Indiquer les actions à entreprendre en cas de blessures au dos ou au cou.*
11.9 Indiquer les premiers soins à donner en cas de brûlures.*
11.10 Dire ce qu'il faut faire en cas d'empoisonnement.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Attitude: — envers le blessé — sa sécurité
- Comportements généraux: — l'évaluation — techniques de secourisme — demandes de secours — sa sécurité
- Urgence respiratoire: position du blessé — technique de base en cas d'étouffement — respiration artificielle bouche à bouche
- Hémorragie: — en cas de coupures et de plaies — en cas de saignement de nez
- Entorse et fracture: — soutien du membre
- Blessure au dos ou au cou: — immobilisation du blessé — secours
- Brûlures: — au corps — à l'oeil
- Empoisonnement: — actions initiales — soins particuliers

Année 2e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 1.11.1 O.I.: 11.1, 11.2, 11.3, 11.4

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les adolescents de cet âge sont sensibles aux accidents et ne se font pas prier pour donner des secours aux accidentés. Cependant, ils ne savent pas toujours ce qu'il faut faire et agissent parfois de telle sorte que ce qu'ils font risque d'aggraver la situation.

Il est donc important qu'ils connaissent les consignes de base en cas d'urgence d'autant plus qu'à cet âge, ils assument souvent la garde d'enfants.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue un rôle de facilitateur. Il sera probablement nécessaire d'assister les élèves dans leurs recherches et de les aider à synthétiser leurs informations. L'enseignant pourrait demander la collaboration d'une personne-ressource. Il est à noter que cette activité ne vise pas l'étude approfondie des sujets mais seulement une connaissance générale. Pour des connaissances plus approfondies, il est fortement suggéré de suivre des cours de secourisme.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes
- Documentation sur les premiers soins: Ex.: Guide d'activités de la CSST — Le livre « Secourisme » de la Croix-Rouge (voir bibliographie)
- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C (fiche 1.11.1)

MISE EN SITUATION

- Demander aux élèves d'imaginer la situation suivante:

  Un de vos amis garde sa petite soeur pendant l'absence de ses parents. Celle-ci s'est brûlée en renversant un contenant d'eau bouillante. Il vous appelle, affolé, ne sachant que faire.

  Que lui répondez-vous?

ÉVALUATION

* Ces objectifs sont traités de façon plus approfondie dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activités 2.11.1 à 2.11.4.

DÉROULEMENT

1. Inviter les élèves à s'exprimer sur ce qu'ils ont imaginé lors de cette situation fictive.

2. Amener les élèves à constater qu'il est essentiel de connaître les principes et les consignes de base concernant les premiers secours en cas d'urgence. Les inviter à approfondir leurs connaissances dans ce domaine en bâtissant un fichier d'urgence.

3. Au préalable, faire un retour sur les attitudes et le schéma d'intervention (c.f. feuille-support B, fiche 1.11.1)

4. Diviser ensuite la classe en 7 équipes. Chaque équipe choisit un des sujets énumérés sur la feuille-support A et rédige une fiche comprenant la **description sommaire** des consignes de **base**. (Voir modèle suggéré sur la feuille-support B de la présente activité).

   Selon les modalités privilégiées par l'enseignant, demander aux élèves de faire la recherche auprès de personnes compétentes ou à l'aide de documentation sur le sujet (voir bibliographie).

5. Chaque équipe présente le résultat de son travail devant la classe. Pour chaque situation, faire un bref retour sur les attitudes et le schéma d'intervention en cas d'urgence.

   Une personne-ressource pourrait être présente pour compléter l'information transmise et répondre aux questions des élèves.

Enrichissement:

— Réalisation d'une brochure sur les premiers soins à partir des fiches des élèves.

— Énumération du contenu d'une trousse de premiers soins et explication de l'usage de chaque article.

— Activités du guide réalisé par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec

— Cours de secourisme à l'intention des élèves et des parents intéressés.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour l'activité
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions des élèves

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  — connaissance des principes et des consignes de base concernant les premiers secours
  — connaissance du schéma d'intervention et des attitudes à adopter en cas d'urgence
- Mesure (comment):
  — questionnement oral portant sur les différents points soulevés par le travail en équipe
  — observation des comportements et des attitudes des élèves
  — analyse des travaux d'équipe

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  — vision d'ensemble sur les éléments de connaissance et sur les attitudes face aux premiers soins
  — amélioration du niveau de connaissance
- Mesure (comment):
  — questionnement des élèves
  — analyse des commentaires des élèves

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 2.11.1)

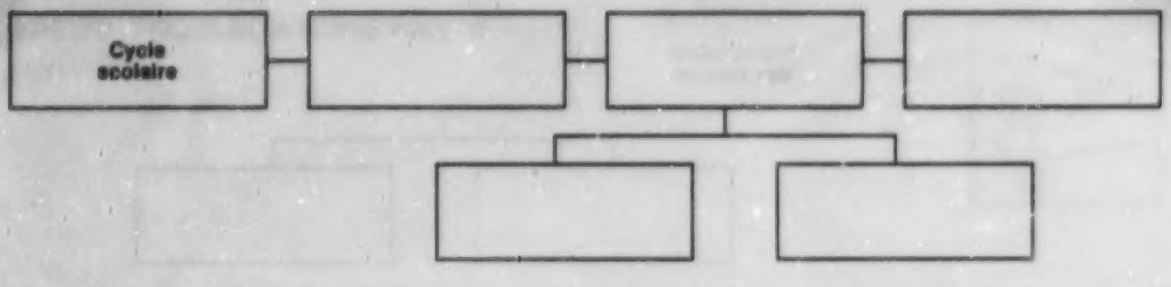
Équipe 1: Urgence respiratoire:	— Technique de base de la respiration artificielle
Équipe 2: Urgence respiratoire:	— Technique de base en cas d'étouffement.
Équipe 3: Hémorragie:	— Que faire en cas d'hémorragie (coupures, plaies)? — Que faire en cas de saignement de nez?
Équipe 4: Fracture:	— Que faire en cas de fracture?
Équipe 5: Traumatisme à la tête, à la colonne vertébrale:	— Que faire en cas de choc au niveau de la tête? — Que faire en cas de blessure au dos ou au cou?
Équipe 6: Brûlures:	— Que faire dans les cas de brûlures? • au corps • à l'oeil
Équipe 7: Empoisonnement:	— Que faire en cas d'empoisonnement?

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 2.11.1)

Exemple de fiche

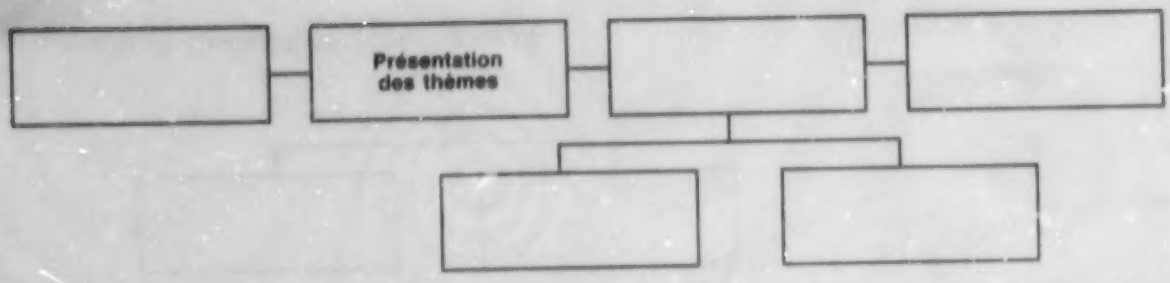
Que faire en cas de brûlures?	
• AU CORPS	
1er **degré** (rougeurs:)	• Plonger immédiatement la brûlure dans l'eau froide.
2e **degré** (**rougeurs et formation de cloques**)	• Plonger immédiatement la brûlure dans l'eau froide. • Ne pas crever les cloques (si elles crèvent, traiter comme une blessure).
3e **degré** (peau noircie, **carbonisée**)	• Appliquer de l'eau fraîche et propre. • Couvrir la brûlure d'un linge propre sans charpie. • Demander secours immédiatement.



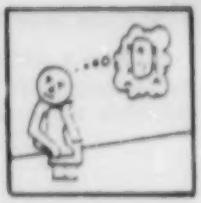
DEUXIÈME PARTIE

SECONDAIRE

2e cycle


Présentation
des thèmes

THÈME: PROBLÉMATIQUE SANTÉ



Le concept de santé a longtemps été associé à l'absence de maladie. Aujourd'hui, une nouvelle conception de la santé nous amène à la définir positivement, en termes d'harmonie, d'équilibre, d'adaptation dynamique entre l'individu et son milieu.

Le bien-être physique, psychique et social caractérisant la santé est conditionné par une multitude de facteurs. En effet, les conditions de vie économique, les conditions de travail, le contexte physique, familial et social, les services de santé, l'individu comme tel avec son bagage héréditaire, son âge, sa culture, etc., sont des éléments qui influencent l'état de santé.

Les habitudes de vie qu'adoptent l'individu font partie des facteurs qui conditionnent sa santé, mais elles sont en même temps influencées par tous ces facteurs. Par exemple, l'habitude de consommer de l'alcool peut être stimulée par la publicité, les pressions sociales, les habitudes de l'entourage, les conditions de vie, la disponibilité des produits, etc.

Ainsi un ensemble complexe de facteurs joue un rôle déterminant sur les choix que fait l'individu. Et tous ces facteurs, personnels et environnementaux, sont interreliés et interdépendants.

Il demeure cependant que l'individu a sa part de responsabilité concernant sa santé, parce qu'il possède, jusqu'à un certain point, la liberté de choisir et de modifier sa façon de vivre.

L'activité suggérée en 5e secondaire donne la possibilité à l'élève d'identifier les différents facteurs qui conditionnent sa santé et influencent les décisions qu'il prend. Cette démarche lui permettra d'élargir sa conception de la santé et d'en avoir une vision plus globale.

- ***Relation avec les autres volets***

Ce thème est en relation avec les autres volets car ils englobent des composantes qui ont une influence sur la santé.

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'enseignement moral lorsqu'il traite de la qualité de la vie.

THÈME: HABITUDES ALIMENTAIRES

En s'inspirant de l'enquête Nutrition Canada, de statistiques et d'études faites au Québec, le ministère des Affaires sociales lance, en 1977, sa politique en matière de nutrition. Le but ultime de cette politique est l'amélioration de la santé grâce à l'acquisition et à la pratique de saines habitudes alimentaires.

L'enfance et l'adolescence sont déterminantes pour ce qui est de l'apprentissage de bonnes ou mauvaises habitudes alimentaires. À la longue, les comportements inadéquats s'enracinent et deviennent difficiles à changer à l'âge adulte.

Une intervention en nutrition dans le milieu scolaire est d'autant plus importante que les adolescents forment l'un des groupes les plus vulnérables au point de vue nutritionnel. Les auteurs s'entendent pour dire que l'adolescent, insconscient de l'impact que son alimentation exerce sur sa santé, est particulièrement sensible aux valeurs sociales (modes, influence des pairs...) engendrant des comportements alimentaires préjudiciables à la santé. Il est aussi très dépendant de son environnement qui ne lui offre pas toujours une alimentation saine et variée.

À court terme, le comportement alimentaire a une influence sur la santé physique et mentale de l'élève et, par conséquent, sur son rendement scolaire. À plus long terme, les problèmes de santé dus à une mauvaise alimentation ne sont pas négligeables: caries dentaires, obésité, maladies cardio-vasculaires, certains types de cancer, etc. Le ministère des Affaires sociales de la Province de Québec estime à au moins 200 millions annuellement les frais hospitaliers et médicaux découlant des maladies liées à notre mode d'alimentation. Il est donc important de promouvoir la santé par le maintien ou l'acquisition de bonnes habitudes alimentaires.

Les activités suggérées au 2e cycle du secondaire visent à développer l'esprit critique des élèves face à leur comportement alimentaire, afin qu'ils soient en mesure de faire des choix plus éclairés.

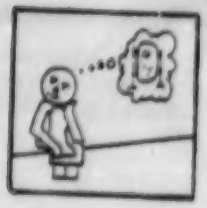
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la vie en société », (O.T. 1, 2e cycle secondaire).

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème a été traité au premier cycle du secondaire, dans le cadre du cours d'économie familiale. Il est aussi en relation avec les objectifs du programme de biologie, en 3e secondaire, quand il traite de la fonction de nutrition.

THÈME: HYGIÈNE CORPORELLE



L'hygiène est un ensemble de mesures relatives au maintien et à l'amélioration de la santé. Les soins et les habitudes de vie contribuant au fonctionnement harmonieux de l'organisme sont des éléments qui favorisent le bien-être physique et mental et, de ce fait, conditionnent la santé de la personne.

Au deuxième cycle du secondaire, tous les thèmes d'hygiène abordés depuis le primaire sont revus globalement (ex.: soins de propreté, exercice, posture, repos, sommeil, etc.), mais cette fois-ci, dans le but d'évaluer la cohérence entre les connaissances et la pratique. En effet, le comportement de l'adolescent n'est pas toujours en accord avec les connaissances acquises. Il éprouve de la difficulté à faire un choix conséquent parmi les valeurs souvent contradictoires véhiculées par diverses influences (pairs, parents, publicité, modes, etc.).

Il est important qu'il fasse le point sur ses habitudes d'hygiène en cernant les facteurs susceptibles de l'influencer, et en identifiant les raisons de ses agissements ainsi que les conséquences des différentes habitudes hygiéniques acquises ou à acquérir.

Cette démarche est susceptible de lui offrir des moyens qui pourront l'aider à faire des choix plus éclairés.

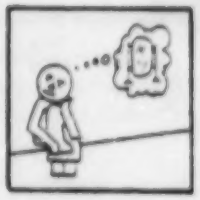
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la sexualité » (O.T. 1, 2e cycle secondaire). Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 1, 2e cycle secondaire).

- ***Relation avec les autres programmes:***

Ce thème est en relation avec le programme de biologie qui permettra aux élèves d'approfondir leurs connaissances.

THÈME: HYGIÈNE MENTALE



La santé mentale est un concept qui a longtemps été associé à l'idée de maladie mentale. Aujourd'hui, une nouvelle conception de la santé mentale se réfère, entre autres, à une façon de vivre qui permet à l'individu d'être bien dans sa peau, d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure. Ce concept ne dissocie pas le continuum corps-esprit. En effet, le corps et l'esprit sont si intimement liés qu'un dysfonctionnement de l'un paralyse l'autre plus ou moins profondément. Si le thème d'hygiène mentale est abordé séparément, ce n'est pas pour l'isoler mais pour l'étudier de plus près.

Une multitude de facteurs bio-psycho-sociaux interdépendants conditionnent la santé mentale. Certains de ces facteurs échappent à la volonté de la personne. Cependant, de saines habitudes d'hygiène mentale donnent à cette dernière des moyens de vivre de façon harmonieuse et d'affronter les problèmes de façon plus réaliste.

L'état de bien-être caractérisant la santé mentale résulte des besoins harmonieusement satisfaits, d'un équilibre dynamique entre la personne et son environnement. Être en harmonie avec soi et avec l'environnement, c'est d'abord se connaître, tâche pas toujours facile et jamais accomplie une fois pour toutes. C'est aussi s'accepter et s'aimer comme on est, se sentir aimé, se faire confiance, avoir de la considération pour les autres et agir de façon autonome c'est-à-dire utiliser ses ressources personnelles pour s'adapter à diverses situations et demander de l'aide en cas de besoin.

L'autonomie, facteur important dans la santé mentale, s'acquiert et s'exerce à travers des actions qui correspondent le plus possible aux caractéristiques personnelles de chaque individu. L'adolescent est en quête d'autonomie et chemine vers la conquête de son identité. L'adolescence est une période de transition entre le statut d'enfant et le statut d'adulte, qui se traduit par une ambivalence effective, une certaine insécurité et un immense besoin de contact avec les autres.

Les situations amenant l'élève à mieux se connaître, à prendre conscience de ses besoins et de ses aspirations, à découvrir ses aptitudes, à entrer en contact avec les autres et à apprendre à composer harmonieusement avec son entourage, favorisent l'acquisition de l'autonomie.

Les activités suggérées au 2e cycle du secondaire invitent les élèves à identifier des situations non harmonieuses vécues dans leur environnement et à expérimenter des moyens simples, réalistes et à leur portée, leur permettant d'être davantage en harmonie avec eux-mêmes et leur environnement.

- ***Relation avec les autres volets***

Le thème de l'hygiène mentale est en relation avec les autres volets car ils englobent des composantes qui ont une influence sur la santé mentale.

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'enseignement moral en 4e et 5e secondaire.

Le thème de l'hygiène mentale est particulièrement en relation avec le programme d'enseignement moral et religieux catholique de 4e secondaire.

THÈME: LES VÉHICULES

Chaque année au Québec, la route fait des milliers de victimes. Les élèves du secondaire n'y échappent pas. En effet, ils ont accès au réseau routier selon les différents véhicules qu'ils utilisent (bicyclette, cyclomoteur, motocyclette, automobile). Ces adolescents sont à l'âge des contradictions et hésitent encore entre les besoins de soumission et d'autorité. C'est la période des folies de jeunesse où ils découvrent leurs capacités et leurs limites. Il ne faut donc pas se surprendre de les voir se comporter de façon irresponsable avec leur(s) véhicule(s). Les conséquences sont alors dramatiques pour eux et pour la société. La mort, les blesssures graves affectant la qualité de leur vie, sont souvent le prix à payer.

Devant cette réalité, la Régie de l'assurance automobile du Québec et le ministère de l'Éducation ont collaboré pour inscrire dans le programme « Formation personnelle et sociale » des objectifs de sécurité routière regroupés sous le thème « les véhicules ».

On peut alors s'interroger sur la pertinence de placer la sécurité routière dans le volet « Éducation à la santé ». Être en santé, c'est vivre des choses intéressantes, réaliser des défis, mais c'est aussi éviter la maladie, la souffrance et la mort. Ainsi deux tendances opposées font partie du développement de la personne: la préservation et le développement de la vie. La santé assure l'équilibre entre ces deux tendances.

Parallèlement, la sécurité routière permet aux adolescents de réaliser des choses exceptionnelles en toute sécurité. La réalisation d'une randonnée de groupe à bicyclette, par exemple, fait prendre conscience aux participants de ces deux tendances: celle de craindre pour sa sécurité et celle de participer et d'atteindre le but fixé par la randonnée. À ce moment, la sécurité routière sert d'équilibre à la réalisation de cette randonnée et s'inscrit bien dans la démarche du volet santé.

Tout au long des activités d'apprentissage en sécurité routière, les élèves seront invités à vivre par des simulations, des recherches et des exposés, plusieurs situations de risque, dans le contexte de l'utilisation des véhicules autorisés à l'âge de l'adolescence. Par des prises de conscience, des réflexions et des décisions, ils seront amenés à analyser l'aspect risque lié à la conduite automobile et à évaluer les avantages et les désavantages des modes de déplacement face à leur travail et à leurs loisirs.

Cet ensemble de démarches ne garantit pas d'emblée l'adoption immédiate d'attitudes et de comportements favorables à la santé. Il s'agit plutôt d'un travail d'éducation à long terme. Nos jeunes ne sont pas toujours conscients des risques qu'ils représentent pour les autres.

Devant cette problématique, il apparaît indispensable de les éduquer à la sécurité routière, afin qu'ils modifient leurs habitudes et qu'ils deviennent des usagers de la route responsables d'eux-mêmes et des autres.

• ***Relation du thème avec les autres volets***

Ce thème est aussi abordé de façon indirecte, dans le volet « Éducation à la consommation » au moment où l'adolescent doit établir les coûts reliés à l'utilisation des divers moyens de transport qu'il peut employer (O.T. 2, 2e cycle). De la même façon, à l'objectif terminal 3 du 2e cycle, il sera amené à établir ses critères personnels dans le choix de moyens de transport adaptés à diverses situations.

Quant au lien avec le volet « Éducation à la vie en société », il est tout aussi évident puisqu'il s'agit, pour le jeune, de connaître les principaux éléments de la loi qui le concerne (O.T. 7, 2e cycle), en l'occurence le Code de la sécurité routière.

• ***Relation du thème avec les autres programmes***

Chacune des activités d'apprentissage sous le thème « les véhicules » comporte une note relative au lien que celle-ci pourrait entretenir avec d'autres programmes d'études au secondaire:

— Le programme d'enseignement moral lorsqu'il traite du respect de la vie et de celle des autres;

— Le programme de français, par des activités de compréhension et de production;

— Le programme d'arts plastiques, par des activités de représentation imagée.

— Le programme d'enseignement moral et religieux catholique lorsqu'il est question de l'exercice de la liberté.

THÈME: OUTILS DANGEREUX

Nous sommes entourés d'équipements et d'outils de toutes sortes, qui nous aident à accomplir différentes tâches à la maison, à l'atelier, à l'usine et au bureau. Ils sont de plus en plus indispensables.

Toutefois, la plupart d'entre eux peuvent présenter, à ceux qui doivent s'en servir, des risques à la santé et à la sécurité. Ces risques augmentent, par exemple, lorsque les conditions environnantes ne sont pas sécuritaires (mauvais éclairage, espace de travail restreint...), lorsque les dispositifs de sécurité ne sont pas mis en place, que l'équipement est en mauvais état suite à un manque d'entretien, ou encore lorsque l'utilisateur en connaît mal le fonctionnement. Des accidents peuvent également survenir si l'on est fatigué, distrait, pressé ou stressé.

L'étude de ce thème cherche à aider les jeunes à prendre davantage conscience des multiples risques auxquels ils peuvent s'exposer (les accidents, ça n'arrive pas qu'aux autres). De plus, on tentera de les amener à respecter les principes élémentaires de sécurité et à leur accorder toute l'importance nécessaire.

Le choix des activités suggérées vise d'abord à développer chez le jeune une attitude préventive et à susciter un réflexe sécuritaire face aux divers outils et équipements. On y traitera également des armes à feu, souvent responsables d'accidents mortels et de blessures graves chez les adolescents. Un tel objectif mise prioritairement sur des moyens concrets de prévenir les risques: dans le choix de l'outil à utiliser, dans la façon de le manipuler, dans l'aménagement des lieux de travail ou d'utilisation et dans le port des équipements de protection.

Au premier cycle du secondaire, les jeunes ont pris conscience des risques les plus évidents liés à l'utilisation d'outils connus et familiers.

Ils seront amenés, au deuxième cycle, à une analyse plus détaillée des facteurs de risques et à la recherche de mesures adéquates de prévention.

Il serait souhaitable que l'enseignant puisse discuter de la question avec des collègues du secteur professionnel avant d'aborder certains aspects de ce thème, et même obtenir la collaboration de ces derniers pour une présentation en classe ou une visite d'atelier. L'utilisation des documents suggérés dans la bibliographie aidera à étoffer le contenu et servira éventuellement de déclencheur.

- ***Relation du thème avec les autres volets***

Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 3, 7, 2e cycle du secondaire).

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'enseignement moral lorsqu'il traite du respect des lois et de la vie des individus, mais aussi avec le programme d'éducation technologique.

THÈME: PRODUITS DANGEREUX

À des degrés divers, nous sommes exposés à différentes substances dont les risques d'atteinte à la santé sont parfois très élevés.

Rappelons-nous l'incident de Bhopal en Inde, en décembre 1984, qui a coûté des dizaines de milliers de vie et laissé chez les survivants des séquelles permanentes. Plus près de nous, l'amiante, le mercure, le BPC ont fait la manchette des journaux ces dernières années. Enfin, dans nos propres maisons, nous manipulons des produits fort toxiques: solvants, insecticides... Les risques d'intoxication varient selon le degré de concentration du produit, la durée d'exposition au produit, et d'autres facteurs tels que l'état de santé de la personne, les conditions d'utilisation des produits, etc.

Sans être alarmiste, nous devons toutefois reconnaître que certaines substances à usage domestique et beaucoup de produits à usage industriel comportent des dangers pour notre santé.

Étant donnée la grande diversité des produits utilisés, il est impossible d'en faire une revue exhaustive et détaillée.

L'étude de ce thème vise donc en priorité une sensibilisation générale des jeunes aux risques potentiels d'atteinte à la santé, causés par de tels produits. Une telle sensibilisation permettra aux jeunes, dans un deuxième temps, de mesurer l'importance des précautions à prendre, pour éviter des accidents et des intoxications. De plus, en cas d'urgence, ils seront à même d'adopter un comportement approprié en vue de venir en aide aux personnes intoxiquées.

- ***Relation du thème avec les autres volets***

Ce thème est en relation avec le volet « Éducation à la consommation ». L'enseignant pourra se servir des notions présentées dans les deux volets pour aider les jeunes à intégrer ces connaissances dans leur vie personnelle.

THÈME: L'INCENDIE

La plupart des incendies sont dus à l'insouciance, à l'ignorance des règles de prévention et à la négligence des individus. Parfois, ils résultent d'un acte criminel.

L'étude de ce thème vise la connaissance des consignes de sécurité incendie concernant les endroits publics et la maison (ce que l'on doit savoir, ce que l'on doit faire).

L'élève prendra également conscience que, s'il peut être une victime, il peut aussi être responsable d'un incendie par insouciance, ignorance ou négligence.

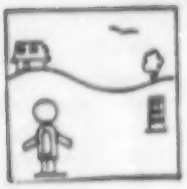
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 4, 2e cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes de sciences humaines et de sciences de la nature lorsqu'ils traitent des habitudes à prendre pour le maintien et la conservation de la vie.

THÈME: DROGUES



La consommation de drogues n'est pas un phénomène nouveau. Que ce soit pour entrer en contact avec les dieux, fêter les récoltes ou souligner les naissances, l'usage de différentes drogues remonte aux civilisations anciennes. De nos jours, les produits sont différents mais l'attrait demeure, et plusieurs drogues sont recherchées autant pour leurs effets que pour la signification personnelle et sociale liée à leur consommation.

Nous vivons à une époque où l'accessibilité à certaines drogues et l'incitation à consommer sont très grandes, où s'est développée une mentalité selon laquelle, pour chaque malaise, existe un remède miracle qu'on n'a qu'à se procurer. Les jeunes vivent dans un contexte social où la drogue est omniprésente et où ils sont fortement sollicités.

Ce phénomène de questionnement et d'expérimentation des différentes drogues (tabac, alcool et autres drogues) a cependant une signification particulière dans le contexte du développement des adolescents. À cet âge, ils sont à la recherche active de moyens d'identification, d'affirmation et d'appartenance. Consommer des drogues fait partie des moyens qu'ils se donnent pour s'affirmer, s'intégrer à un groupe, s'amuser, s'évader et expérimenter. Un pourcentage substantiel d'adolescents auront expérimenté certaines drogues à la fin de leur cours secondaire, sans cependant devenir des consommateurs réguliers et/ou abusifs.

Une communication empreinte de respect entre les adolescents et les adultes, la transmission d'une information juste et sans dramatisation excessive, un discours non moralisateur, sont des éléments qui favorisent une saine réflexion face à la drogue.

Par ailleurs, toute démarche développant la connaissance de soi, la capacité de solutionner ses problèmes et l'acquisition de saines habitudes de vie est un gage de santé constituant un moyen de prévention primordial à l'égard de la consommation de drogues.

Les activités suggérées au 2e cycle du secondaire permettent de sensibiliser les élèves à certains aspects relatifs à la consommation de drogues, notamment aux conséquences que peuvent engendrer la consommation de ces produits. Ces réflexions sont susceptibles d'aider les adolescents à prendre des décisions plus éclairées.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la sexualité » (O.T. 9, 2e cycle secondaire)
Volet « Éducation aux relations interpersonnelles » (O.T. 8, 9, 2e cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 1, 3, 7, 2e cycle secondaire).

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes d'enseignement moral (modules: 3.1, 3.2, 3.3, 4.1, 4.2, 5.3) et de biologie lors de l'étude des systèmes respiratoire et nerveux.

THÈME: LA POLLUTION

L'industrialisation des pays a contribué au mieux-être de l'humanité à plusieurs points de vue: scolarisation accrue, soins de santé, hausse de la richesse collective et de la productivité, etc. Cependant, cette industrialisation a aussi laissé dans son sillage des problèmes, dont la pollution.

De nature diversifiée et d'origines différentes, la pollution nous atteint partout: à la ville comme à la campagne, à la maison comme au travail, elle est présente dans l'air, dans l'eau et sur la terre.

L'étude de ce thème permettra aux jeunes de prendre conscience du phénomène de la pollution, d'en connaître les principales manifestations, de considérer les moyens de l'enrayer ou d'en restreindre l'ampleur, dans le but de protéger leur santé, et celle des autres et de conserver à l'environnement son intégrité.

- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation aux relations interpersonnelles » (O.T. 6, 2e cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 4, 2e cycle secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec les programmes de sciences de la nature, de sciences humaines et d'enseignement moral lorsqu'il est question de la satisfaction des besoins, du maintien de la santé et de la qualité de vie. Il est aussi en relation avec le programme de biologie lorsqu'il traite des maladies respiratoires, des affections cutanées...

THÈME: LES LOISIRS

La vie quotidienne de l'adolescent est remplie par toutes sortes d'activités qui lui tiennent à coeur et lui apportent différentes satisfactions.

Les obligations scolaires et familiales absorbent de son temps et l'adolescent a souvent l'impression de ne pouvoir répondre à ses besoins de loisir. La non-satisfaction des besoins de loisir peut avoir des conséquences regrettables dans sa vie (maladie, dépression, stress, agressivité...).

L'étude de ce thème aidera l'adolescent à faire une répartition quotidienne de son temps pour qu'il puisse se permettre des moments de loisirs adaptés à ses besoins, habitude qui lui servira aussi lorsqu'il sera sur le marché du travail.

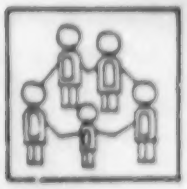
• ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation aux relations interpersonnelles » (O.T., 11, 2e cycle secondaire)
Volet « Éducation à la consommation » (O.T. 4, 5, 2e cycle secondaire)
Volet « Éducation à la vie en société » (O.T. 3, 10, 2e cycle secondaire).

• ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme d'enseignement moral lorsqu'il traite de la satisfaction des besoins et de la qualité de vie.

THÈME: PREMIERS SOINS



Malgré toutes les précautions que nous prenons, des accidents peuvent encore survenir. Dans notre vie quotidienne (à la maison, à l'école et au travail), nous pouvons être confrontés à des situations d'urgence, suite à un accident. Il devient alors impérieux que nous sachions quoi faire et comment agir dans de telles occasions. Notre intervention, si elle respecte les règles et les principes de base, peut sauver la vie et empêcher l'aggravation des blessures.

L'objectif n'est pas tant de faire de tous les élèves des secouristes chevronnés, mais plutôt de leur inculquer des notions fondamentales, de leur montrer les gestes essentiels à poser et de développer leur aptitude d'intervention, en cas d'urgence.

Certes, l'important est d'assurer le transport de la personne blessée à l'urgence et dans les plus brefs délais. Mais en attendant ce transfert, notre attitude et notre comportement peuvent être d'un grand secours.

Au premier cycle, les élèves ont abordé ce thème surtout sous l'angle théorique: acquisition de notions de base, description des étapes à parcourir et des gestes à poser selon le type de blessure rencontrée.

Au deuxième cycle, les élèves approfondiront ces notions. Il est évident que ces activités ne visent pas l'étude exhaustive des sujets mais seulement des connaissances générales. L'enseignant pourrait motiver les élèves à suivre des cours de secourisme afin d'acquérir des connaissances plus appropriées.

Il serait souhaitable pour l'enseignant d'obtenir la collaboration d'un spécialiste (infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes) en vue d'un support technique ou pour approfondir ses connaissances s'il ne possède pas les aptitudes requises.

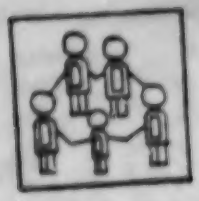
L'enseignant pourra également utiliser le guide d'activité élaboré par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire, dans lequel il trouvera plusieurs activités sur le thème des premiers soins. Ces activités permettront une étude plus fouillée de ce thème.

Nous avons employé le mot « soins » tout au long des activités par souci de conformité au terme utilisé dans le programme d'études; il serait cependant préférable d'utiliser le mot « secours » étant donné que les premiers soins sont ceux donnés uniquement par les médecins et que les premiers secours sont ceux donnés par le secouriste.

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec le programme de biologie, lors de l'étude de certaines fonctions biologiques.

THÈME: SERVICES DE SANTÉ



L'adolescent a de plus en plus recours, de façon autonome, aux différents services qui lui sont offerts, et l'utilisation rationnelle des services de santé fait partie des responsabilités éventuelles qu'il doit assumer.

Cette nouvelle situation suppose une connaissance des services disponibles. Diverses situations peuvent amener certains adolescents à recourir à des services confidentiels (ex.: contraception, grossesse, interruption volontaire de grossesse, maladies transmissibles sexuellement, consommation de drogues, etc.). Si l'adolescent a besoin d'informations, de soins ou d'aide quand ça ne va plus, il est important qu'il sache où trouver les ressources nécessaires.

Les différents services susceptibles d'aider l'adolescent sont plus ou moins connus, selon les milieux. L'activité suggérée au 2e cycle du secondaire donne la possibilité à l'élève de connaître l'existence, la nature et la localisation de l'ensemble des services de santé existant sur son territoire, incluant les services moins traditionnels qu'offrent les médecines alternatives et les divers groupes d'entraide. Il pourra créer son propre bottin et, en cas de besoin, faire appel au service susceptible de lui venir en aide.

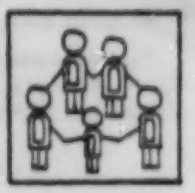
- ***Relation avec les autres volets***

Volet « Éducation à la sexualité » (T4, 6, 7, 8, 2e cycle du secondaire)

- ***Relation avec les autres programmes***

Ce thème est en relation avec certains thèmes traités dans le programme de biologie.

THÈME: SANTÉ ET SÉCURITÉ EN MILIEU DE TRAVAIL



Les jeunes vont se retrouver tôt ou tard sur le marché du travail. Les divers milieux de travail où ils sont appelés à oeuvrer sont assujettis à des lois et à des règlements. Deux lois touchent plus particulièrement la santé et la sécurité: la loi sur la santé et la sécurité du travail et la loi sur les accidents de travail et les maladies professionnelles.

À cet égard, il est essentiel que l'étudiant, futur travailleur, connaisse ses droits et ses obligations en matière de santé et de sécurité. Il sera ainsi en mesure de faire appel aux organismes dont le mandat est de veiller à la mise en application de ces lois, dans le but de protéger l'intégrité des travailleurs.

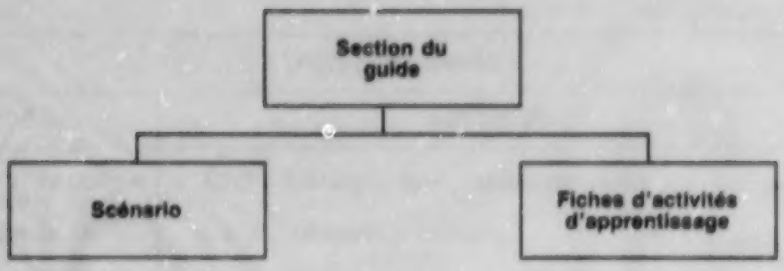
L'étude de ce thème, réservée aux élèves de cinquième secondaire, vise à les initier à la problématique de la santé et de la sécurité en milieu de travail, aux règles qui régissent le monde du travail à cet égard et aux fondements des lois afférentes en vigueur dans notre société.

Elle cherche également à les familiariser avec les procédures et les démarches administratives à entreprendre en cas d'accident, de lésions professionnelles ou lorsqu'ils se trouvent confrontés à une situation de travail dangereuse.

L'utilisation des documents suggérés dans la bibliographie permettra d'approfondir les notions abordées dans ce thème.

- ***Relation avec les autres volets***

Ce thème est en relation avec le volet « Éducation de la vie en société » qui aborde l'étude des principales lois régissant la société québécoise.



TROISIÈME ANNÉE

3

Le scénario proposé est le suivant:

TROISIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
3.2 Habitudes alimentaires	3.2.1 Avantage pour ... avantage contre	120 minutes
3.3 Hygiène corporelle	3.3.1 Les bonnes raisons	60 minutes
3.5 Les véhicules	**	
3.7 Outils dangereux	3.7.1 Dans les ateliers ... en sécurité	120 minutes
3.9 Produits dangereux	3.9.1 Les produits dangereux et leurs dangers	60 minutes
	3.9.2 Prévenir, c'est mieux	60 minutes
3.10 L'incendie	3.10.1 La sécurité incendie, ça me concerne	60 minutes
3.11 Drogues	3.11.1 Je veux, je veux pas	60 minutes
3.14 Premiers soins	3.14.1 S.O.S.! Détresse respiratoire!	120 minutes

3

* Le premier chiffre précédant chaque titre d'activité d'apprentissage correspond à la classe, le second à l'objectif terminal du programme et le troisième à la séquence dans le nombre d'activités d'apprentissage.
Exemple: Les chiffres 3.2.1 signifient: troisième année, objectif terminal 2 du programme, première activité d'apprentissage.

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités présentées dans le guide « La sécurité routière à l'école ».

THÈME: Habitudes alimentaires
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Avantage pour ... avantage contre ... »

Fiche 3.2.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 2, page 78)

Évaluer certaines habitudes alimentaires courantes chez les adolescents et les adultes.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

2.1 Identifier différentes habitudes alimentaires néfastes à la santé.

2.2 Évaluer les avantages et les désavantages d'acquérir chacune de ces habitudes alimentaires.

2.3 Évaluer les avantages et désavantages de l'absorption importante et régulière d'aliments de faible qualité nutritive.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Habitudes alimentaires néfastes: manger « sur le pouce », s'alimenter à des heures irrégulières, prendre régulièrement des repas non équilibrés, sauter des repas, prendre trop de thé, de café, des aliments de faible qualité nutritive, des aliments cariogènes, manger en étudiant, etc.
- Évaluation quant aux effets sur: – la qualité de l'alimentation – l'endurance – l'état de bien-être – la productivité – la santé dentaire – la tension nerveuse
- Éléments d'évaluation: – types d'aliments cariogènes et de faible qualité nutritive – effets de ces aliments

Année 3e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

4e sec. fiche 4.2.1 O.I.: 2.4, 2.5 2.6

5e sec. fiche 5.2.1 O.I.: 2.4, 2.5 2.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent est en pleine croissance et ses besoins nutritionnels sont, dans l'ensemble, plus élevés qu'à tous les autres âges de la vie.

Il échappe graduellement à l'influence de ses parents. Par contre, il est toujours influencé par les valeurs véhiculées par ses pairs et par la publicité. Il est appelé à faire des choix face à son alimentation, que ce soit à la cafétéria scolaire, dans ses moments de loisirs, à la maison, etc. Il cherche à établir son indépendance, ce qui fait qu'il n'aime pas se faire dicter ce qui est bon ou moins bon pour lui...

Rôle de l'enseignant: L'enseignant amène les élèves à discuter sur les habitudes alimentaires néfastes à la santé. Il aura un rôle de facilitateur lors du travail en équipe. Lors du retour, il aidera les élèves à se questionner sur leurs propres habitudes alimentaires.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, nutritionniste
- Feuille-support A (contenu pour l'enseignant)
- Prévoir le matériel pour les affiches publicitaires

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent, inviter les élèves à être attentifs aux publicités télévisées, radiophoniques et écrites concernant l'alimentation.
- Au début de l'activité, inviter les élèves à exprimer quelques-uns des slogans publicitaires vus ou entendus.
- Initier l'exercice en formulant un slogan publicitaire.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de élève pour l'activité
- Mesure (comment):
  — analyse des recherches effectuées
  — observation des attitudes et des comportements
  — analyse des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Inviter les élèves à nommer différentes habitudes alimentaires néfastes à la santé: les inscrire au tableau et compléter la liste s'il y a lieu.

   Ex.: Manger « sur le pouce », s'alimenter à des heures irrégulières, prendre régulièrement des repas non équilibrés, sauter de repas, manger en étudiant, prendre trop de thé, de café, d'aliments de faible qualité nutritive, d'aliments contenant trop de gras, d'aliments cariogènes, etc.

2. Proposer aux élèves de se regrouper en équipe (selon les modalités privilégiées par l'enseignant). Assigner à chaque équipe une habitude alimentaire néfaste à la santé.

   Demander à chaque équipe d'inscrire sur une feuille, les avantages et désavantages de pratiquer cette habitude. Orienter le travail des élèves sur les éléments suivants:

   Effets de ces habitudes sur:
   - l'état de bien-être;
   - la productivité;
   - l'endurance;
   - la santé dentaire;
   - la tension nerveuse, etc.

3. Chaque équipe présente le résultat de son travail.

4. Proposer aux élèves le « jeu de la publicité ». À l'aide du travail fait précédemment, chaque équipe doit préparer une publicité sur les avantages ou les désavantages (ou sur les 2 aspects) de pratiquer une habitude néfaste à la santé.

   La publicité peut être du genre message télévisé, message radio, message écrit (pancartes), etc.

5. Allouer environ 30 minutes pour la préparation du message et un maximum de 2 minutes pour la présentation.

6. Faire un retour avec les élèves et souligner l'importance de se questionner sur les avantages et désavantages d'adopter un comportement néfaste à la santé.

7. Conclure en demandant aux élèves de faire la démarche suivante dans leur journal personnel (en classe ou à la maison):
   - identifier une habitude alimentaire qu'ils pratiquent et qui est néfaste à leur santé;
   - évaluer les avantages et les désavantages à pratiquer cette habitude;
   - identifier des moyens simples leur permettant d'adopter progressivement un comportement alimentaire plus adéquat.

Enrichissement

- Visionnement du vidéo **La machine gobe-tout** dans la série « Salut Santé », disponible à l'O.N.F. (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - acquis de l'élève en regard de la notion de santé
  - connaissance des habitudes alimentaires néfastes
  - connaissance des effets sur la santé de certaines habitudes alimentaires
  - connaissance des avantages et des désavantages d'adopter un comportement néfaste à la santé

- Mesure (comment):
  - analyse des productions, des propos et des interrogations de l'élève
  - questionnement oral sur les avantages et désavantages des habitudes alimentaires néfastes à la santé
  - observation des attitudes et comportements de l'élève

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - intérêt de l'élève à intégrer à sa vie les connaissances acquises lors de l'activité

- Mesure (comment):
  - analyse des propos de l'élève
  - observation des attitudes et de comportements suite à la démarche proposées.

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.2.1)

« Dis-moi ce que tu manges et je te dirai qui tu es »

Dans un pays d'opulence comme le nôtre, nous devrions normalement souhaiter devenir ce que nous mangeons. Pourtant, des études démontrent que plus de la moitié des adolescents québécois se nourrissent mal. Est-il donc si difficile à cet âge de faire correspondre ses habitudes alimentaires à ses besoins nutritifs?

Pourquoi manger? Cette question peut sembler bizarre, et pourtant si on se réfère aux études faites au Canada et au Québec au cours des quinze dernières années, on constate que plus de la moitié des jeunes entre 12 et 20 ans ne mangent pas toujours pour se nourrir. Ce qui surprend aussi, c'est la diversité des rapports qu'on entretient avec la nourriture: on en bouffe trop ou pas assez, on saute des repas, on jeûne, on suit des régimes, on engraisse et on se régale d'aliments à calories vides. On a souvent l'impression qu'on peut jouer avec l'alimentation sans qu'il nous arrive de problèmes. Et pourtant! L'organisme peut se montrer très sévère pour celui ou celle qui néglige ses besoins nutritifs: carances alimentaires, obésité, maux de tête, manque d'entrain, étourdissements, etc.

Au point de vue de l'alimentation, l'adolescence est une période critique. En premier lieu, les besoins nutritifs varient aussi radicalement entre 12 et 20 ans qu'entre le moment de la naissance et la deuxième année de vie. La poussée de croissance que subissent les adolescents a de quoi surprendre: dans l'ensemble, elle se solde par la constitution de 50% du poids corporel total et de 15% de la taille définitive du sujet adulte, pour les deux sexes. Il s'ensuit des besoins en certains éléments nutritifs plus élevés chez les adolescents. Le développement du squelette a ses exigences: calcium, phosphore, vitamine D, protéines et fer.

D'autre part, le corps a besoin d'énergie. Cette dernière lui est fournie par les aliments. Si l'apport énergétique est plus faible que la dépense, le corps ira puiser dans ses réserves et les personnes vont se sentir plus faibles et très vite fatiguées.

En somme, le corps a besoin d'un peu de tout pour demeurer en santé et croître normalement. Tout déséquilibre dans le régime alimentaire entraînera nécessairement, tôt ou tard, un déséquilibre organique. Nous avons le choix: prévenir ou guérir.

Céline Moreau
Diététiste-nutritionniste
Département de santé communautaire de
l'Hôpital de l'Enfant-Jésus

THÈME: Hygiène corporelle
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Les bonnes raisons »

Fiche 3.3.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 3, page 79)

Évaluer la cohérence entre ses connaissances et ses pratiques sur le plan de l'hygiène corporelle.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

3.1 Rappeler les notions d'hygiène corporelle acquises antérieurement.

3.2 Évaluer si ses pratiques actuelles sont en accord avec les connaissances acquises.

3.3 Indiquer les raisons qui les amènent à pratiquer ou non les règles d'hygiène.

3.4 Évaluer s'il y a un avantage réel à ne pas pratiquer les règles d'hygiène ou à en abuser.

3.5 Rappeler les avantages de pratiquer les règles d'hygiène corporelle

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Cf. programe du primaire (O.T. 4, 1er cycle, O.T. 4, 2e cycle) et objectif terminal 2 du secondaire 1er cycle
- Raisons:
  - — normes personnelles
  - — normes sociales
  - — autres
- Abus des règles d'hygiène:
  - — abus de savons
  - — mousses
  - — douches vaginales
  - — parfums
- Cf. programme du primaire (O.T. 4, 1er et 2e cycle)

Année 3e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent n'aime pas se faire dicter ses comportements. Il est préférable de lui donner des moyens d'analyser les raisons et les conséquences de ses comportements afin de respecter son besoin croissant d'autonomie et de liberté.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle de facilitateur lors de la préparation et de la présentation des jeux de rôles et d'animateur lors des discussions. Il aidera les élèves à se questionner sur leurs comportements concernant les habitudes d'hygiène, en prenant soin de ne pas dicter des conduites adéquates mais plutôt en aidant les élèves à identifier les raisons, avantages et désavantages des différentes habitudes à pratiquer.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire
- Boîte
- Feuille-support A

MISE EN SITUATION

- Demander aux élèves si ça leur arrive souvent de se faire dire par les adultes: « Comment s'habiller », « Quoi manger », « À quelle heure se coucher », etc. et de se remémorer une situation récente où un adulte leur disait de faire.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt de l'élève envers le sujet présenté
  - — attitudes de l'élève face à l'autorité
- Mesure (comment):
  - — observation des réactions suite aux questions posées
  - — analyse des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Proposer aux élèves de faire des jeux de rôles où un élève se met dans la peau d'un adulte qui énumère des bonnes raisons de pratiquer une habitude d'hygiène et un autre dans la peau d'un adolescent qui énumère des bonnes raisons de ne pas toujours pratiquer cette habitude d'hygiène (feuille-support A).

2. Regrouper les élèves en équipe de deux. Demander à chaque équipe de piger dans la boîte aux rôles (boîte contenant des billets où sont inscrit les jeux de rôles de feuille-support A) un billet qui lui indique la situation à jouer.

3. Allouer environ 5 minutes pour préparer la liste des bonnes raisons du point de vue de l'adulte de pratiquer une habitude d'hygiène et du point de vue de l'adolescent de ne pas toujours pratiquer cette habitude d'hygiène.

4. Chaque équipe présente à tour de rôle sa saynète au groupe. Après chaque présentation, permettre une brève discussion sur les raisons évoquées et faire ressortir s'il y a avantage ou désavantage réel à pratiquer ou à ne pas pratiquer l'habitude d'hygiène.

5. Conclure en invitant les élèves à réfléchir s'il y a cohérence entre leurs connaissances et leur pratique sur le plan de leurs habitudes d'hygiène. Le journal personnel peut être utilisé pour consigner la réflexion.

Enrichissement:

- Visionner **À chacun sa santé** dans la série « Salut Santé » disponible à l'O.N.F. (voir bibliographie).
- Discussion sur l'abus dans l'utilisation de certains produits d'hygiène.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - connaissance des avantages liés à l'hygiène corporelle
  - raisons évoquées par l'élève face à la non-pratique des règles d'hygiène
- Mesure (comment):
  - analyse des productions (discours de l'adulte et de l'adolescent)
  - questionnement oral sur les avantages ou désavantages réels à pratiquer ou non l'hygiène
  - analyse des propos de l'élève

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - intérêt de l'élève à poursuivre sa réflexion sur les habitudes d'hygiène corporelle
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements
  - analyse des propos et des interrogations.

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.3.1)

Adulte : « Tu devrais te coucher plus tôt... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais te laver tous les jours... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) »

Adulte : « Tu devrais faire plus d'activité physique... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais regarder la télévévision moins souvent et pas de si près... (raisons) ».
Adolescent(e): Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais t'habiller plus chaudement lorsqu'il fait froid... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais te tenir droit lorsque tu es assis(e)... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais te laver les mains avant de manger... (raisons) ».
Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.3.1)

Adulte : « Tu ne devrais pas t'exposer au soleil trop longtemps... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : Tu ne devrais pas porter des pantalons si serrés... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu ne devrais pas te maquiller autant... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : Tu devrais enlever tes bottes d'hiver à l'intérieur... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais te brosser les dents après chaque repas et au coucher... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais lire avec un meilleur éclairage... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons) ».

Adulte : « Tu devrais t'accorder des moments de relaxation... (raisons) ».

Adolescent(e): « Oui, je l'sais, mais... (raisons). »

THÈME: Outils dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Dans les ateliers... en sécurité »*

Fiche 3.7.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 7, page 84)

Prévenir les accidents dans un atelier.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

7.1 Reconnaître qu'il peut être éventuellement victime d'un accident dans un atelier*

7.2 Indiquer les causes possibles des accidents et des maladies de travail.*

7.3 Indiquer des moyens de prévenir des accidents et des maladies de travail.*

7.4 S'informer des règles de sécurité particulières dans les ateliers.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Risques d'accidents liés à:
  - la manipulation d'outils
  - l'environnement de travail
  - l'utilisation de produits toxiques
  - manque de formation et d'information
  - méthode non sécuritaire de travail
- Cause des accidents:
  - causes directes
  - causes indirectes
- Moyens de prévenir:
  - maîtrise de soi, des appareils et des outils
  - entretien préventif
  - respect des règles de sécurité
  - information et formation

Année 3e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves de 3e secondaire ont déjà abordé le sujet en première secondaire. L'étude portait sur le maniement, le rangement, le port des vêtements et d'accessoires sécuritaires et sur les dangers associés à l'utilisation des outils. Ils possèdent donc un bagage minimal en ce domaine. Nous voulons maintenant revenir sur le sujet en replaçant cette étude dans le contexte d'un atelier de travail. Les élèves de troisième secondaire sont encore plus susceptibles d'utiliser des outils dangereux que ceux de première secondaire. Certains ont peut-être déjà eu un peu d'expérience du travail en atelier. Nombreux seront ceux qui bientôt trouveront un travail occasionnel ou un travail permanent dans des ateliers ou des usines.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de facilitateur. Il aide les élèves à prendre conscience des dangers dans les ateliers et à développer des attitudes favorables au maintien de leur propre sécurité.

N.B.: L'enseignant informera le professeur d'initiation à la technologie et décider avec celui-ci de la meilleure façon de réaliser l'activité.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Documents audio-visuels (cf. bibliographie)
- Le responsable des activités

MISE EN SITUATION

- L'enseignant rappelle l'existences de nombreux accidents dans les ateliers de travail et les informe qu'ils iront visiter les ateliers de la polyvalente afin d'y étudier les différentes aspects de la sécurité.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour le sujet et pour la visite des ateliers.
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements des élèves.

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activité 3.7.1.

DÉROULEMENT

1. L'enseignant présente l'enseignant hôte.

2. Ce dernier présente les différents ateliers de la polyvalente en nommant les principaux outils utilisés dans ces ateliers et les dangers que leur utilisation comporte. Il peut donner quelques démonstrations sur certains outils dont le niveau de risque est le plus élevé.

   Il identifie les sources de dangers que l'on peut retrouver dans les nombreux atliers: ventilation, bruit, aménagement des lieux, systèmes électriques, outils et produits utilisés, façon de travailler...

   Il termine son exposé en parlant des accidents liés au manque d'information des individus et à leurs attitudes (négligence, inattention, risques inutiles, ignorance des règles de sécurité avant de commencer un travail, ignorance des dangers).

3. À la fin de cette première partie, il distribue la feuille-support A aux élèves en leur demandant de la remplir avant le prochain cours. Il explique le travail à faire;
   - Seul, avec des amis ou ses parents, identifier un ou des accidents qui se sont produits dans un atelier.
   - Identifier les causes.
   - Identifier les moyens qui auraient permis d'éviter ce type d'accident.

4. Au début du cours, l'enseignant demande aux élèves de prendre la feuille-support A qu'ils ont remplie à la maison et de nommer l'accident qu'ils ont étudié. L'enseignant écrit le nom des accidents au tableau.

5. À partir de la liste établie, il demande à chaque équipe de préparer une petite mise en scène où le reste de la classe pourrait identifier les risques d'accidents et leurs causes. Il leur distribue la feuille-support B à titre de modèle à leur représentation et à leur analyse de la situation. L'enseignant identifie ce qu'il veut voir: le type de travail, la cause de l'accident et l'accident.

6. L'enseignant fait un retour sur l'activité en insistant sur l'importance de l'information et de la prudence en atelier.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des élèves sur les risques d'accidents en ateliers de travail
  - — intérêt pour la visite des ateliers
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral
  - — observation des attitudes et des comportements des élèves lors de la visite des ateliers

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt lors de l'exposé
  - — compréhension des informations transmises
  - — intégration des informations lors de l'analyse de situation faite avec la feuille-support A
  - — clarté des simulations
  - — capacité d'identifier les dangers et les causes d'accident au cours des simulations
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral
  - — analyse des travaux des élèves
  - — observation et analyse des simulations et l'analyse.

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — valorisation des attitudes de prudence
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral.

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.7.1)

Répondre à toutes les questions. Se faire aider par un ami, par ses parents ou par quelqu'un ayant l'expérience du travail en atelier. À défaut d'une expérience personnelle ou du témoignage d'une personne expérimentée, utiliser les informations reçues lors de la visite des ateliers.

1. Nommer un atelier de travail ou l'on utilise des outils dangereux.

   _____

2. Nommer le type d'accident s'étant produit à cet endroit ou susceptible de s'y produire.

   _____

   _____

3. Identifier les causes de cet accident.

   _____

   _____

   _____

4. Comment cet accident aurait-il pu être évité?

   _____

   _____

5. La victime était-elle au courant des dangers?

   _____

6. Est-ce que la victime connaissait les règles de sécurité? les a-t-elle respectées?

   _____

7. Connaissait-elle le maniement et le fonctionnement des outils ou équipements utilisés?

   _____

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 3.7.1)

8. Était-il possible à la victime de lire les règles de sécurité sur un écriteau bien en vue?

_____

9. Le(s) outil(s) utilisé(s) par la victime était(en)t-il(s) muni(s) des dispositifs sécuritaires prévus pour ce(s) outil(s)?

_____

10. La victime était-elle habituellement prudente?

_____

11. L'environnement de travail immédiat de la victime était-il sécuritaire?

plancher _____

surfaces de travail _____

système électrique _____

ventilation _____

éclairage _____

espace de dégagement _____

12. La victime a-t-elle fait une fausse manoeuvre?

_____

13. Portait-elle les équipements nécessaires de protection pour effectuer le travail (gants, lunettes, masques...)?

_____

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 3.7.1)

Tu peux utiliser cette feuille-support afin d'analyser les simulations que tes collègues feront devant la classe. Elle peut te servir à mieux comprendre ce qu'ils feront.

Types d'ateliers: Atelier de menuiserie
Atelier de mécanique
Atelier de soudure
Atelier de cuisine
Chantier de construction
Atelier de couture
Atelier de la maison
Etc.

Risques d'accidents et de maladies de travail liés à:

1. L'environnement de travail.
   Ex.: • la qualité de l'air (problème de ventilation)
   • l'espace de travail
   • la propreté de l'atelier (planchers)
   • le niveau de bruit
   • l'éclairage
2. Aux équipements ou produits utilisés.
   Ex.: • produits toxiques, inflammables
   • équipement en mauvais état (lames mal affûtées)
3. Aux facteurs individuels.
   Ex.: • l'inattention
   • le manque d'information sur les dangers, sur le fonctionnement des outils
   • l'état de santé (fatigue, surmenage)
4. Organisation du travail.
   Ex.: • horaire de nuit
   • travail au rendement
   • travail sous pression
5. Procédés et méthodes de travail.
   Ex.: • certains procédés sont dangereux d'où l'importance de travailler en adoptant des méthodes sécuritaires.

Types d'accidents et de blessures:

Blessures:
- brûlures suite à une explosion, un feu, au contact de produits dangereux, etc.
- coupures au corps, aux membres, à la tête
- pertes de membres
- fractures

Accidents et maladies de travail:
- intoxication
- asphyxie
- chutes, écrasement

THÈME: Produits dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: Les produits dangereux et leurs dangers*

Fiche 3.9.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 9, page 87)

Prévenir les accidents causés par les produits industriels.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

9.1 Nommer certains produits industriels dangereux pour sa santé et sa sécurité.*

9.2 Indiquer les effets possibles de ces produits sur son organisme.*

9.4 Identifier les symboles de sécurité inscrits sur divers produits industriels.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Produits industriels dangereux:
  - divers gaz, poussières en suspension, amiante, cuivre, mercure, produits à fort indice de radioactivité, produits toxiques divers, produits d'usage domestique (pesticide, aérosol, tétrachlorure de carbone, etc.)
- Effets possibles:
  - affection cutanée, troubles respiratoires, irritation aux yeux, brûlures, cancer, etc.

Année 3e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année fiche 3.9.2 O.I.: 9.3

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves ont sûrement déjà entendu parler des produits industriels dangereux. Leurs parents leur ont déjà dit de ne pas avaler certains produits à usage domestique. Cependant, les élèves ne savent que très peu de choses sur ces produits. Leurs connaissances en ce domaine sont à peu près nulles et leur capacité d'entrer en relation avec ces produits de façon sécuritaire est très limitée.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de dépisteur. Il fait prendre conscience de l'importance et de l'étendue des problèmes de santé causés par l'utilisation de certains produits industriels.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Répertoire toxicologique C.S.S.T. (514-873-6374)
- Ordre des chimistes du Québec (514-844-3644)
- DSC et CLSC

MISE EN SITUATION

- L'enseignant rappelle aux élèves l'existence d'un grand nombre de produits indutriels dangereux pour la santé et les sensibilise au problème en lisant la feuille-support A. Il invite les élèves à étudier ces problèmes.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - prise de conscience du problème
  - intérêt d'étudier le problème
- Mesure (comment):
  - observation des réactions à la mise en situation
  - questionnement quant au niveau de conscience de la problématique.

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activité 3.9.1.

DÉROULEMENT

1. L'enseignant aborde l'exploration en demandant aux élèves de se regrouper par deux ou trois et d'essayer de trouver le plus grand nombre de produits contenant des substances dangereuses.

2. L'enseignant demande aux élèves de l'aider à établir une liste des produits connus. Il écrit le tout au tableau. (Il est fort possible que les élèves connaissent peu de produits). Il demande aux élèves s'ils connaissent les dangers de ces produits et s'ils sont capables d'indiquer les symboles reconnus permettant d'identifier le danger de ces produits. Il rappelle les symboles, s'il y a lieu (voir la feuille-support B). Il leur demande enfin s'ils savent prévenir ces dangers.

3. Compte tenu du peu de connaissance des élèves, l'enseignant les invite à étudier avec lui une liste de produits en faisant ressortir les dangers de ces produits pour la santé et les précautions à prendre pour les éviter. Il distribue la feuille-support C aux équipes et en fait lecture.

4. L'enseignant fait remarquer aux élèves que les dangers sont liés à la nature du produit, à la forme sous laquelle il se présente et au type de contact qu'on a avec lui. Ex.: si on respire la vapeur d'un produit toxique, ce dernier peut engendrer des problèmes respiratoires, des problèmes du système nerveux et rénal et un dérèglement du métabolisme. Si on avale le produit, on aura peut-être, des problèmes d'ordre digestif; d'autres dérèglements de l'organisme peuvent aussi survenir dépendamment du type de contact, du temps d'exposition au produit et de la forme sous laquelle se présente le produit. De plus, certains produits provoquent des réactions immédiates sur l'organisme, d'autres après un certain temps seulement (jour, mois, année).

5. Il fait aussi remarquer aux élèves que la liste des produits étudiés en contient qu'ils ne connaissent pas. Cette liste n'est pas exhaustive. Des produits viennent s'y ajouter continuellement. Il est impossible de tous les connaître, cependant il importe de savoir que l'utilisation des produits industriels comporte des dangers pour la santé et qu'il est nécessaire de s'informer et de tout faire pour les prévenir. Pour de plus amples informations consulter le répertoire toxicologique de la CSST.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des produits et de leurs dangers,
  - — connaissance des symboles reconnus, (feuille-support B)
- Mesure (comment):
  - — productions des équipes
  - — questions posées par les élèves
  - — questionnement oral sur les divers aspects du contenu et de la structure de la feuille-support B

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension des informations et des commentaires de l'enseignant
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.9.1)

En novembre 1984, plusieurs journaux publiaient des articles sur les « malheurs de l'amiante ».

Aux États-Unis, des milliers de nouvelles poursuites ont vu le jour; ce sont les administrations locales qui poursuivent les compagnies d'amiante: en effet, de nombreuses écoles et édifices publics ont été isolés à l'amiante. Il est connu que ce produit peut provoquer des maladies comme l'amiantose et certains types de cancer, selon le degré d'exposition.

Le total des compensations réclamées dépasse les 2 milliards de dollars. L'état du Maryland réclame des dommages de 500 millions à 47 compagnies d'amiante pour l'utilisation de ce produit dans 3 000 édifices publics.

Au Québec, la Société Asbestos a décidé de fermer des mines, mettant en chômage des centaines de travailleurs. En effet, les débouchés pour l'amiante sont devenus de plus en plus rares, suite à la campagne féroce menée aux États-Unis et en Europe contre l'amiante. Le marché mondial s'est aussi effondré et l'industrie de l'amiante est en pleine crise.

Toutefois, il faut prendre en considération que l'exposition à l'amiante dans l'environnement quotidien est très différente de celle en milieu de travail: c'est là que le risque est le plus important si des mesures de contrôle adéquate ne sont pas prises.

Une de ces mesures, face à un contaminant tel que l'amiante, est son remplacement par d'autres produits. Mais encore faut-il que ces derniers soient reconnus comme inoffensifs ou moins dangereux.

En octobre 1985, des articles ont paru sur les dangers du perchloroéthylène (PERC), solvant très toxique utilisé dans l'industrie du nettoyage à sec. Ce produit est soupçonné d'être cancérigène (cancer du foie et leucémie). Il peut produire certains effets aigus sur les voies respiratoires et digestives et sur la peau: irritation des yeux, de la peau, maux de tête, fatigue, vertige, dépression du système nerveux central, nausées, vomissements, perte de conscience et même mort (si le produit est avalé). Une exposition de longue durée et répétée à des concentrations excessives provoque des lésions au foie et aux reins.

Or, il semble que très peu de travailleurs dans l'industrie du nettoyage à sec connaissent vraiment bien la nature du produit et ses dangers. C'est une émission de télévision du réseau anglais de Radio-Canada « The Fifth Estate » qui a permis à un certain nombre d'entre eux de prendre conscience des dangers du produit avec lequel ils travaillent tous les jours depuis 5, 10, 15 et même 25 ans. On découvre que les normes de sécurité ne sont pas respectées dans les ateliers de nettoyage à sec: aucun équipement de protection n'est fourni aux travailleurs pour les yeux, les voies respiratoires et la peau. Les locaux sont souvent mal ventilés, les récipients contenant le produit ne sont pas toujours hermétiques. Les travailleurs viennent souvent en contact avec le produit quand ils doivent manipuler les vêtements lors de l'immersion, de l'égouttage, et du transfert à la sécheuse.

Autres exemples: Bhopal, pluies acides, vins Autrichiens et Italiens, urée formaldéhyde, etc.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 3.9.1)

Règles à suivre pour l'utilisation de produits toxiques

- Tenir tout produit hors de la portée des enfants. Ne les acheter que dans des contenants protégé-enfant.
- Lire attentivement les étiquettes avant d'utiliser un produit.
- Dans les mélanges, respecter toujours les proportions proposées par la fabricant.
- Prendre connaissance des mesures d'urgence écrites sur le contenant.
- Utiliser toujours les moyens de protection appropriés.
- Ne jamais porter de verres de contact lors de l'utilisation de produits dangereux (solvants, corrosifs, etc.).
- Ne jamais mêler des produits différents même s'ils ont le même usage.
- Garder les produits dans leur contenant d'origine.
- Nettoyer toujours les dégoulinades.
- En cas d'accident, consulter un médecin.
- En cas d'ingestion ou d'inhalations de substances dangereuses, n'hésitez pas à utiliser l'un des numéros ou à défaut le centre hospitalier le plus près.

Centre anti-poison

- Hôpital Sainte-Justine (514) 731-4931
- L'Hôpital de Montréal pour enfants (514) 934-4456
- C.H.U.L. (Centre hospitalier de l'Université Laval) (418) 656-8090

LES SYMBOLES

Poison

Inflammable

Corrosif

Explosif

REMARQUE: Les symboles à 8 côtés représentent des dangers imminents. Ce sont ceux qu'il faut bien remarquer. Mais il faut aussi tenir compte des deux autres signes: avertissement et mise en garde.

DANGER

AVERTISSEMENT

MISE EN GARDE

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 3.9.1)

Exemples de produits dangereux

La plupart des substances dangereuses comportent des risques à la santé et à la sécurité. Les risques à la santé sont d'autant plus importants que le degré de concentration du produit est élevé et que la durée d'exposition est longue. De plus, les mécanismes de pénétration dans l'organisme, les conditions d'utilisation, les caractéristiques individuelles des travailleurs (état de santé...) sont d'autres facteurs qui font varier le degré de risque.

C'est pourquoi il existe des **normes** permettant de garantir pour la majorité des travailleurs un milieu de travail sain et sécuritaire. Ces normes, établies par des gouvernements ou des organismes spécialisés, sont par la suite adoptées par les gouvernements qui voient à les faire respecter. Par exemple, pour le plomb (gaz, fumées, vapeurs, brouillards, poussières), la concentration moyenne admissible est de 0,150 milligrammes par mètre cube (m^3) d'air.

Plus le degré de concentration de plomb dans l'air dépasse ce seuil, plus important est le risque d'atteinte à la santé et à la sécurité du travailleur exposé.

Divers moyens de prévention peuvent et doivent être adoptés pour éliminer les dangers, ou du moins les réduire au minimum. Ils ne sont pas tous d'égale importance.

L'idéal est d'**éliminer le danger à la source**. Par exemple, une substance jugée très dangereuse devrait être remplacée par une autre qui l'est moins, si cela est possible. Lorsque le produit de remplacement n'existe pas, il faut alors modifier le procédé de travail (par exemple, faire effectuer le travail plutôt par des machines ou des robots), ou encore capter à la source les éléments nocifs, par un système adéquat d'aspiration ou de ventilation. Dans de pareils cas, on essaie de soustraire les travailleurs à la source de danger ou, du moins, on réduit de beaucoup le danger.

Cependant, les contraintes financières (coûts) et technologiques (de meilleurs procédés ne sont pas disponibles) rendent difficile, à l'occasion, l'élimination des dangers à la source. Dès lors, il faut, pour préserver l'intégrité des travailleurs, recourir provisoirement à d'autres moyens de prévention, faute de mieux: porter des équipements de protection (lunettes, gants, masques...), respecter les règles d'hygiène et de sécurité, exercer une rotation parmi les travailleurs afin qu'ils ne soient pas exposés trop longtemps au danger, etc. Dans de tels cas, les travailleurs ne sont pas vraiment isolés du danger, mais le risque d'atteinte à leur santé et à leur sécurité est d'autant diminué.

Les tableaux qui suivent donnent des exemples de produits dangereux, en décrivent les effets possibles sur la santé et la sécurité et suggèrent les moyens de prévention appropriés.

FEUILLE-SUPPORT C (suite)

(fiche 3.9.1)

Produits industriels

NOM	PRÉSENTATION	EXEMPLES D'UTILISATION	EFFETS SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ	MOYENS DE PRÉVENTIONS
AMIANTE	fibres de poussières en suspension dans l'air	- isolation des conduites et des tuyaux - fabrication de matériaux isolants - additif au ciment	- irritation de la peau, des yeux et des voies respiratoires S'il y a exposition prolongée ou répétée au produit: - amiantose (fibrose du poumon): capacité vitale diminuée, râles, toux, insuffisance respiratoire - peut provoquer le cancer	- ventiler localement par extraction si la ventilation est insuffisante, porter un appareil respiratoire approprié - opérer en vase clos, si possible - nettoyer les locaux de travail - entreposer le produit dans un contenant hermétique ou dans un endroit bien aéré - humidifier les déchets et les entreposer dans des récipients hermétiques - porter des équipements de protection: gants, lunettes, masques, vêtements spéciaux.
PLOMB	- fumées (oxydes) - poussières - liquide - solide (billes)	- soudure (ex: vitraux, lampes Tiffany) - imprimerie - batterie d'automobile (accumulateur) - recyclage de métaux	- troubles digestifs: brûlures, vomissements, coliques, diarrhée, constipation - peut affecter le système nerveux: irritabilité, chocs, agitation, convulsions - peut affecter le système rénal et le système sanguin: anémie (baisse du taux d'hémoglobine dans le sang)	- ventiler localement par extraction si la ventilation est insuffisante, porter un appareil respiratoire approprié - ne pas fumer, ni boire, ni manger pendant l'utilisation - porter des vêtements spéciaux pendant l'utilisation
ISOCYANATE DE MÉTHYLE (produit qui a causé la mort de milliers de personnes à Bhopal, en Inde, suite à une fuite de produit)	liquide	- fabrication d'insecticides et de pesticides	- irritation sévère de la peau, des yeux (dommage permanent, cécité) - voies respiratoires: toux, sécrétions, douleurs de poitrine, oedème, asthme	- isoler complètement le produit dans des contenants hermétiques - empêcher les fuites - éviter tout contact avec la peau - utiliser loin des flammes et des sources de chaleur - ne pas fumer - porter des équipements de protection (lunettes, gants, visière) - entreposer dans un endroit sec, loin des sources de chaleur
MALATHION	liquide	- insecticide	- yeux: vision brouillée - système nerveux central: nausées, vomissements, troubles de comportement, vertiges, convulsions, coma, perte de contrôle des réflexes - arrêt cardiaque - voies respiratoires: oedème pulmonaire, douleurs à la poitrine	- ventiler adéquatement - porter un appareil respiratoire si la ventilation est insuffisante - ne pas manger ni boire pendant l'utilisation - porter des équipements de protection: gants, lunettes - entreposer dans un endroit sombre

FEUILLE-SUPPORT C (suite)

(fiche 3.9.1)

Substances dangereuses courantes

CATÉGORIE	SYMBOLE	EXEMPLES DE PRODUITS	EXEMPLES D'UTILISATION	EFFETS SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ	MOYENS DE PRÉVENTION
SUBSTANCES EXPLOSIVES		propane butane gaz naturel	- aérosols - essence pour briquets - pièces pyrotechniques - pièces pyrotechniques (feux d'artifice) - gaz naturel pour chauffage et usage domestique - cartouches pour armes à feu	- certaines substances explosives peuvent se présenter sous forme de gaz. Ces gaz peuvent causer l'asphyxie s'ils se trouvent en grande concentration dans l'air (chassent l'oxygène de l'air) - nausées, vomissements, vertiges, excitation, perte de conscience, et mort - peut provoquer des engelures sur la peau s'il y a contact avec le gaz comprimé	- empêcher les fuites - en cas de fuite, ventiler adéquatement; sinon porter un appareil respiratoire approprié - utiliser loin des flammes ou des sources de chaleur - ne jamais percer les contenants et éviter les chocs violents - ne jamais jeter les contenants au feu ou les laisser au soleil - entreposer dans un endroit sec et frais, aéré - ne pas fumer pendant l'utilisation
SUBSTANCES CORROSIVES		A- acide sulfurique (VITRIOL) B- acide chlorhydrique (acide muriatique) C- ammoniaque et dérivés D- hydroxide de sodium (soude caustique) E- peroxyde d'hydrogène (peroxyde) F- iode G- hypochlorite de sodium H- acide oxalique	acide à batterie détachant nettoyeurs à four (détachant) débouche-tuyau agent de blanchiment désinfectant pour plaies teinture (désinfectant pour plaies) eau de javel, chlore pour piscine décapant pour rouille	- si contact direct avec les yeux: brûlures de cornée, conjonctivites et possiblement cécité - si contact avec la peau: brûlures - si respiré: irritation des voies respiratoires (toux), oedème pulmonaire - si avalé: brûlures de la bouche, gorge, oesophage et estomac, nausées, vomissements, perforation possible de l'estomac, oedème laryngée pouvant causer l'obstruction des voies respiratoires, l'asphyxie et la mort	- bien ventiler le local où le produit est utilisé - toujours ajouter le produit à l'eau, jamais l'inverse - ne pas manger ni boire pendant l'utilisation - se laver les mains et le visage après chaque utilisation - porter des équipements de protection (gants, lunettes) - s'il y a contact avec la peau, se laver à l'eau pendant au moins 15 minutes - s'il y a contact avec les yeux, rincer à grande eau durant au moins 15 minutes et consulter le médecin le plus tôt possible - si le produit a été avalé, donner du lait ou de l'eau - s'il y a éclaboussures, laver les vêtements contaminés

FEUILLE-SUPPORT C (suite)

(fiche 3.9.1)

Substances dangereuses courantes (suite)

CATÉGORIE	SYMBOLE	EXEMPLES DE PRODUITS	EXEMPLES D'UTILISATION	EFFETS SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ	MOYENS DE PRÉVENTION
SUBSTANCES TOXIQUES (POISON) **ET INFLAMMABLES**		– acétone	– solvants, décapants, diluants, détachants	– si contact avec la peau et les yeux: irritation, eczéma, ulcération de la cornée – si respirés, dépression du système nerveux central: maux de tête, nausée, vomissements, incoordination, vertiges, confusion mentale, perte de conscience, convulsions, pneumonie – si avalé: sensation de brûlure, diarrhée	– bien ventiler le local où le produit est utilisé – ne pas fumer, ni boire, ni manger pendant l'utilisation – se laver les mains et visage après utilisation – utiliser loin des flammes et des sources de chaleur – utiliser seulement dans des endroits aérés (à l'extérieur de préférence) – porter des équipements de protection (gants, lunettes, masques) – avoir l'extincteur à portée de la main – s'il y a contact avec la peau, se laver à l'eau pendant au moins 15 minutes – s'il y a contact avec les yeux, se rincer à grande eau pendant 15 minutes au moins et voir un médecin le plus tôt possible – si le produit a été inhalé (respiré), amener la victime au grand air – si le produit a été avalé, amener la victime à l'hôpital le plus tôt possible – s'il y a éclaboussures, laver les vêtements contaminés
		– méthanol	– solvants, diluants, décapants; combustible pour brûleur à fondue; antigel pour essence		
		– térébenthine	– vernis, peintures, laques, solvants, décapants, diluants		
		– naphte – distillats de pétrole	– essence, huile à chauffage		

THÈME: Produits dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Prévenir, c'est mieux »*

Fiche 3.9.2

OBJECTIF TERMINAL (n° 9, page 87)

Prévenir les accidents causés par les produits dangereux.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

9.1 Nommer certains contaminants dangereux pour sa santé.*

9.3 Indiquer des moyens de prévenir les accidents et les maladies causés par les contaminants.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Contaminants dangereux:
  - — divers gaz et poussières en suspension
  - — amiante, cuivre, mercure
  - — produits à fort indice de radioactivité
  - — produits toxiques divers
  - — produits d'usage domestique
- Prévention:
  - — élimination à la source: ventilation, élimination des déchets, etc.
  - — connaissance des procédures sécuritaires de travail
- Information sur les risques:
  - — utilisation de vêtements et d'équipements protecteurs (écrans, masques)
  - — examen médical

Année 4e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année fiche 3.9.1
O.I.: 9.1, 9.2, 9.4

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves ont déjà abordé ce thème dans l'activité 3.9.1. Ils sont sensibilisés à l'existence et aux effets de certains produits industriels. Cependant, ils sont loin du compte si l'objectif poursuivi est d'amener les élèves à être capables d'éviter les accidents ou maladies liés à ces produits. Ils sont d'autant loin du compte qu'à leur manque d'expérience s'ajoute généralement une grande insouciance face aux dangers.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant joue surtout un rôle de facilitateur. Il aide les élèves à découvrir des moyens de prévenir ce type d'accident et à développer des attitudes favorables au maintien de leur sécurité le cas échéant.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D
- Répertoire toxicologique C.S.S.T.

MISE EN SITUATION

- L'enseignant demande aux élèves de faire l'exercice suggéré sur la feuille-support A.
- Suite à cet échange, il invite les élèves à étudier un certain nombre de cas d'accidents associés à l'utilisation de produits dangereux.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — impressions des élèves concernant la situation décrite
  - — intérêt de fouiller la question
- Mesure (comment):
  - — écoute des commentaires

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activité produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, act. 3.9.2.

DÉROULEMENT

1. L'enseignant distribue une feuille-support (B, C, D ou E) à chaque équipe. Il leur demande d'analyser la situation qui leur est exposée et ensuite de trouver des moyens d'éviter cet accident.

   (Temps prévu: 10 minutes).

2. Il demande à chaque équipe de présenter le cas étudié et les correctifs trouvés.

   L'enseignant corrige l'interprétation des faits et les solutions, s'il y a lieu.

3. L'enseignant demande aux élèves s'ils peuvent identifier un ensemble de moyens de prévenir les accidents associés aux contaminants.

4. Il fait un retour sur l'activité et fait ressortir les moyens de prévenir ce type d'accidents.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension du déroulement de l'accident
  - — identification des différents facteurs présents au cours des accidents
  - — identification de la cause première
  - — identification des moyens de prévention
- Mesure (comment):
  - — analyse des comptes rendus
  - — analyse des solutions

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — identification d'un ensemble de moyens de prévention
- Mesure (comment):
  - — écoute des propos des élèves
  - — écoute des questions des élèves

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.9.2)

Exercice préparatoire aux études de cas des feuilles-supports B, C, D, E.

- L'enseignant fait la lecture de la situation.
- Il donne les points de repère facilitant l'analyse.
- Il demande aux élèves de faire l'analyse de la situation en faisant ressortir les éléments susceptibles d'être une cause directe ou indirecte de l'accident.

Situation: La panne d'essence

Maxime et Jeanne, après de nombreux mois de harcèlement auprès de leurs parents, ont réussi à avoir une vieille automobile tout juste en état de marche. Heureux de leur nouvelle acquisition, ils décident d'aller faire une promenade en compagnie de six de leurs amis. Une fois entassé dans la voiture, ils partent à fond de train, fenêtres ouvertes, la radio au maximum.

Au restaurant où tout le groupe se retrouve habituellement, Maxime et Jeanne montrent fièrement leur petit bijou. L'automobile est passée en revue et le moteur est poussé à fond.

Tout va bien jusqu'à ce que le moteur cale et ne reparte plus. Alors, c'est la panique. Tous les copains y vont de leur diagnostic. Le moteur est brûlé... Le carburateur est fini... La pompe à essence ne fonctionne plus... Maxime ne sait pas s'y prendre... etc.

Alors, on décide de démonter une partie du carburateur pour voir si l'essence s'y rend. Le carburateur démonté, on constate que l'essence ne s'y rend pas et qu'il est possible qu'il n'y ait tout simplement plus d'essence. Maxime décide d'aller regarder dans le réservoir d'essence. Cependant, comme il n'y voit rien, il frotte une allumette et l'approche très près de l'embouchure du réservoir. La suite, vous la devinez... EXPLOSION...! Maxime est brûlé très gravement.

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 3.9.2)

Points de repère:

Il y a essentiellement cinq sources d'accidents et de maladies

1. L'environnement de travail:

   Ex.: la qualité de l'air (problème de ventilation)
   la propreté de l'atelier
   le niveau de bruit
   l'éclairage
   etc.

2. Les équipements et produits utilisés:

   Ex.: Les outils en mauvais état, produit inflammable, toxique...

3. Les facteurs individuels:

   Ex.: L'inattention.
   Le manque d'information sur les dangers...

4. L'organisation du travail:

   Ex.: Les horaires de travail.
   Les cadences de travail trop rapides.
   Travail de nuit, travail à rendement, sous pression.

5. Procédés et méthodes de travail:

   Certains procédés comportent des dangers, d'où l'importance d'apprendre à travailler avec des méthodes sécuritaires.

TÂCHE:
- Analyser la situation en faisant ressortir les différents facteurs présents dans l'accident de la panne d'essence.
- Identifier la principale cause de l'accident.
- Déterminer ce qu'il aurait fallu faire pour éviter l'accident.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 3.9.2)

La porte qui saute

Endroit: Une fabrique de portes de métal
Événement: Une explosion
Produit dangereux: De la colle inflammable

Description de la situation:

Lors de l'assemblage des différentes parties d'une porte de métal, une colle est appliquée pour fixer les diverses parties de la porte et le carton en forme de nid d'abeilles constituant l'intérieur de la porte. La colle appliquée, les trois pièces sont rassemblées, compressées et laissées au séchage à la température de la pièce. Ce séchage dure habituellement une nuit. Le lendemain, les côtés et les bouts de la porte sont soudés aux deux faces. Ce procédé est récent à cette compagnie. Seulement une dizaine de portes ont déjà été assemblées en suivant ce procédé.

La veille de l'accident, le contremaître remarque que la colle utilisée n'est pas de la même couleur que celle utilisée les jours précédents. Il s'informe auprès des fabricants mais on lui dit que c'est la même sorte de colle. Il procède donc au collage des pièces et laisse sécher la porte pendant la nuit.

Le lendemain, en entrant à la fabrique, on constate que la température est plutôt froide et humide. Les portes sont transportées au département du métal pour souder les bouts et les côtés. Les bouts de la porte sont d'abord soudés, mais comme le dîner arrive, le travail est arrêté.

Au retour, soit environ une heure après, on s'aperçoit que la colle n'est pas encore prise. Vu l'urgence de la commande, le contremaître procède tout de même au soudage des côtés de la porte. Pour que les différentes pièces de la porte soient bien en place, il demande à deux hommes de monter sur la porte. Le soudeur commence son travail. La porte est projetée au plafond par une explosion. Deux travailleurs sont grièvement blessés.

QUESTIONS: 1. Quels sont les facteurs présent dans l'accident?

- environnement de travail _____
- équipements et produits _____
- facteurs individuels _____
- organisation du travail _____
- procédures et méthodes _____

2. Quelle est la cause principale? _____

3. Comment aurait-on pu éviter l'accident? _____

_____

_____

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 3.9.2)

Endroit: Une imprimerie de papier en rouleau
Événement: Un employé se brûle les deux mains
Produit dangereux: Un solvant

Description de la situation:

L'entreprise imprime du papier en rouleau. Un travailleur vérifie le produit en plaçant ses deux mains sur le rouleau qui tourne à pleine vitesse. Cette manipulation n'est **pas nécessaire** mais les employés ont l'habitude de le faire pour s'assurer de la qualité du produit.

Le fait de placer ses mains sur le rouleau salit les mains d'encre et développe de l'**énergie électrostatique** (comme lorsque l'on frotte un ballon sur ses vêtements ou sur ses cheveux).

Pour se nettoyer les mains, l'employé les trempe dans un contenant de **solvant ouvert**.

À ce moment, une boule de feu se forme et les mains de l'employé s'enflamment.

QUESTIONS: 1. Quels sont les facteurs présents dans l'accident?

- l'environnement de travail _____
- les équipements et produits _____
- facteurs individuels _____
- l'organisation du travail _____
- procédés et méthodes _____

2. Quelle est la cause principale? _____

_____

_____

3. Comment aurait-on pu éviter l'accident? _____

_____

_____

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 3.9.2)

Solutions à l'exercice de la feuille-support A

Panne d'essence

Sources de danger

- Produit: l'essence, produit hautement inflammable.
- Équipement défectueux: la voiture étant vieille, la jauge d'essence ne fonctionne plus.
- Facteur individuel: l'ignorance du danger que représente des vapeurs d'essence au contact d'une source directe d'inflammation (flamme).
- Cause principale de l'accident: la flamme de l'allumette, venant en contact direct avec les vapeurs d'essence qui se dégagent du réservoir, a provoqué l'explosion.
- Pour éviter l'accident:
  - Éviter le contact direct entre une source d'inflammation et des vapeurs d'essence.
  - Assurer un entretien préventif de l'auto afin d'éviter les pannes.
  - Avoir une jauge pour le réservoir d'essence.
  - Aller dans un garage où on aurait pu aider Maxime.

FEUILLE-SUPPORT D (suite)

Solution à l'exercice de la feuille-support B

Porte qui saute

Environnement de travail:

- un milieu de travail froid et humide, le matin de l'accident, aurait demandé un temps plus long à l'adhérence et au séchage de la colle (taux d'évaporation du solvant contenus dans la colle diminuant avec la température);
- les vapeurs inflammables n'ont pas été complétement éliminées.

Produit utilisé:

- la colle utilisée contient de l'acétone en grande quantité (36 %). De plus, il y a eu probablement modification dans la composition du produit, vu qu'il n'avait pas sa couleur habituelle.

Méthode de travail:

- on ne devrait commencer à souder que lorsque la colle est complétement sèche (lorsque le solvant est évaporé), on n'a donc pas respecté le temps de séchage;
- le délai entre la soudure des bouts (avant dîner) et celle des côtés de la porte (après dîner) a permis aux vapeurs de colle de se diffuser de l'intérieur vers le pourtour de la porte et de s'y accumuler, puisque les bouts étaient alors déjà fermés.

Facteur individuel:

- Aucun travailleur n'était au courant des dangers d'utiliser une colle inflammable pour des opérations de soudure (procédé de travail récent).

Organisation du travail:

- Travail sous pression.

Cause principale de l'accident:

- Le temps de séchange de la colle non respecté et le délai trop court entre la soudure des bouts et celle des côtés ont provoqué une telle accumulation de vapeurs inflammables que le point d'explosivité a été atteint.

Pour éviter l'accident:

- Attendre que la colle soit sèche et que toutes les vapeurs soient dissipées complétement.

FEUILLE-SUPPORT D (suite)

(fiche 3.9.2)

Solutions à l'exercice de la feuille-support C

Imprimerie de papier en rouleau

Environnement de travail:
- le contenant de solvant était ouvert;
- la ventilation était peut-être inadéquate;
- le mélange de l'air et de vapeur inflammable était à un degré de concentration dangereux;
- le degré d'humidité n'était pas assez élevé dans l'air ambiant.

Produit utilisé:
- un solvant inflammable.

Méthode de travail:
- la vérification visuelle du produit fini était suffisante, la vérification tactile du papier en rotation était inutile (mauvaise méthode de travail).

Facteur individuel:
- ignorance d'une méthode de travail sécuritaire;
- ignorance des dangers que présente la situation.

Cause principale d'accident:
- le contenant de solvant étant à l'air libre, il y a eu concentration suffisante du mélange air/vapeur pour atteindre le point d'explosion;
- le fait de toucher avec ses mains le rouleau de papier en rotation produit une décharge électrostatique qui a servi de source d'inflammation.

Pour éviter l'accident:
- éviter de manipuler le rouleau de papier en rotation;
- toujours fermer les contenants de solvants;
- utiliser un autre produit pour se nettoyer les mains.

THÈME: L'incendie
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « La sécurité incendie, ça me concerne »

Fiche 3.10.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 10, page 88)

Énoncer certaines règles de sécurité incendie concernant les endroits publics et la maison.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

10.1 Identifier les consignes de sécurité incendie relatives à la fréquentation des lieux publics.

10.2 Indiquer certaines règles de sécurité incendie relatives à la vie quotidienne dans sa maison.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Consignes concernant:
  - l'évacuation des bâtisses
  - les stations-services, etc.
- Règles de sécurité:
  - assurer la surveillance des plus jeunes
  - posséder un plan d'évacuation
  - disposer d'extincteurs
  - tenir les lieux propres
  - avoir des circuits électriques adéquats
  - avoir un système de chauffage adéquat
  - faire garder les enfants par des personnes responsables
  - avoir sous la main le numéro de téléphone des pompiers
  - être attentif aux indices nous aidant à détecter un foyer d'incendie (dû à une négligence ou à un acte criminel)
  - etc.

Année 3e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent fréquente de plus en plus d'endroits publics, d'où l'importance pour lui de connaître les consignes de sécurité relatives à la fréquentation des endroits publics en plus de connaître celles relatives à sa vie quotidienne à la maison.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant aidera l'élève à prendre conscience qu'un incendie peut se déclarer aussi bien dans les lieux publics qu'il fréquente qu'à la maison. Il jouera le rôle de facilitateur tout au long du déroulement de l'activité et d'organisateur lors du travail d'équipe.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-supprt B

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Distribuer la feuille-support A.
- Inviter les élèves à répondre au questionnaire.
- Conclure avec les élèves qu'un incendie peut aussi se déclarer dans un lieu public qu'il fréquente.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt de l'élève pour l'activité proposée
  - acquis de l'élève en regard de la sécurité incendie
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des réactions de l'élève
  - analyse des productions (feuille-support A)

DÉROULEMENT

1. Dresser au tableau la liste des lieux publics que les élèves peuvent fréquenter à l'occasion.

   Ex.: Cinéma, discothèque, centre commercial, station-service, hôpital, aréna, école, restaurant...

2. Former 8 équipes.

3. Distribuer la feuille-support B.

4. Inviter chaque équipe à rédiger les règles de sécurité à connaître en cas d'incendie et à identifier les consignes de sécurité concernant l'évacuation de la bâtisse.

   Note à l'enseignant:

   - Ce que je dois savoir:
     - — connaître l'emplacement des sorties d'urgence;
     - — ne pas utiliser les ascenseurs;
     - — ne pas lutter seul contre un incendie;
     - — connaître l'emplacement des systèmes d'alarme-incendie et leur fonctionnement;
     - — savoir où mènent les escaliers, etc.
   - Ce que je dois faire:
     - — sortir rapidement;
     - — utiliser les escaliers de sortie qui sont des zones de refuge puisqu'ils sont entourés de murs épais;
     - — ramper sur le plancher, s'il y a de la fumée ou de la chaleur;
     - — si vous êtes bloqués par la fumée et la chaleur et ne pouvez atteindre la sortie, fermez la porte et calfeutrez les interstices; ouvrez ensuite la fenêtre pour ventiler et faire des signaux pour obtenir de l'aide;
     - — quitter aussitôt les lieux, au signal d'alarme;
     - — fermer les portes derrières soi en sortant;
     - — ne jamais s'attarder.

5. Inviter les élèves à transmettre leurs connaissances sur la sécurité incendie aux autres étudiants de l'école.

   Ex.: affiches;
   brochure;
   bande dessinée;
   radio étudiante.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des consignes de sécurité relatives aux lieux publics
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuille-support B)
  - — questionnement oral sur la sécurité incendie dans l'école

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intégration des connaissances acquises
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.10.1)

Je m'interroge

- J'habite une maison ou un appartement? _____
- Combien y a-t-il de pièces? _____
- Y a-t-il un escalier? _____
- Y a-t-il un ascenseur? _____
- Combien y a-t-il de détecteurs de fumée? _____
- Y a-t-il un extincteur? _____
- Combien y a-t-il de portes de sortie? _____
- Y a-t-il un escalier de secours? _____
- Par où puis-je sortir si le feu est dans le salon? _____

  _____
- Par où puis-je sortir si le feu est dans la cuisine? _____

  _____
- Par où puis-je sortir si le feu est dans ma chambre? _____

  _____
- Par où puis-je sortir si le feu est dans le sous-sol? _____

  _____
- Pourquoi tous les membres de la famille doivent-ils se donner un point de rencontre commun? _____

  _____

  _____
- Quel est le numéro de téléphone du service des incendies de ma localité? _____
- Où se trouve le téléphone le plus près de mon domicile? _____

  _____
- Où se trouve la boîte d'alarme publique la plus près de mon domicile? _____

  _____

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 3.10.1)

Le lieu public:

Ce que je dois savoir	Ce que je dois faire
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.

THÈME: Drogues
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Je veux, je ne veux pas »

Fiche 3.11.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 11, page 89)

Prendre des décisions à l'égard de la consommation de drogues.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

11.1 Se rappeler les notions étudiées précédemment sur les drogues.

11.2 Reconnaître que la consommation de drogues relève d'une décision strictement personnelle.

11.3 Reconnaître que la décision de prendre de la drogue a des conséquences pour l'avenir de sa vie personnelle.

11.4 Compléter ses connaissances sur les aspects légaux de la consommation de drogues.

11.5 Constater que la consommation de drogues entraîne des dépenses importantes.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Cf. O.T.8, primaire 2e cycle.
- Cf. O.T.7, secondaire 1er cycle.
- Décision personnelle: – notion de responsabilité de ses décisions et de ses actes.
- Conséquences: – sur le plan physique, sur le plan psychologique, sur le plan professionnel et sur le plan social
- Aspects légaux: – code criminel – jurisprudence – loi sur la protection de la jeunesse
- Dépenses: – coût élevé des diverses drogues
- Conséquences du besoin incessant d'argent: – vol – prostitution – etc.

Année 3e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

4e année fiche 4.11.1 O.I.: 11.1 à 11.8

5e année fiche 5.11.1 O.I.: 11.1, 11.9

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Chez certains adolescents, la consommation de drogues (tabac, alcool et autres drogues) a déjà commencé ou peut commencer à cet âge. Pour bon nombre, l'expérience de consommer demeure temporaire et/ou occasionnelle. L'adolescent de cet âge a parfois de la difficulté à s'affirmer, ce qui le porte quelquefois à adopter les habitudes des autres membres du groupe.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant s'assure au préalable que les élèves ont acquis des connaissances sur les diverses drogues. Il serait intéressant que ce thème soit abordé après l'étude des systèmes respiratoires et nerveux en biologie. Les aspects légaux peuvent être traités sous forme d'information pour l'enseignant ou par une personne-ressource.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologue, travailleur social, policier éducateur...
- Feuille-support A
- Brochure: « Les drogues: des choix à faire » (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves la situation suivante:

  Marie-Claude, 15 ans, fume régulièrement depuis quelque temps. En pleine discussion avec un ami, elle lui offre une cigarette.

  Celui-ci refuse. Marie-Claude insiste. Son ami refuse de nouveau et Marie-Claude déclare: « Au fond, tu fais bien ».

  Inviter les élèves à émettre des hypothèses sur les raisons de la déclaration de Marie-Claude et animer une discussion.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour le sujet
  — acquis de l'élève en regard du sujet
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des comportements
  — analyse des hypothèses émises

DÉROULEMENT

1. Grouper les élèves en équipe et leur accorder de 10 à 15 minutes pour travailler sur les conséquences à court et à long termes de la consommation régulière et/ou abusive du tabac, de l'acool et des autres drogues. Utiliser la feuille-support A et distribuer les thèmes entre les équipes. Chaque équipe se nomme un secrétaire.

2. S'assurer auprès des élèves qu'ils distinguent les conséquences selon qu'il s'agit de consommation de tabac, d'alcool ou d'autres drogues.

3. Chaque équipe présente les résultats de son travail. Permettre au groupe de s'exprimer suite à chaque présentation. Dégager les principaux éléments et compléter s'il y a lieu.

   Nuancer en soulignant que les conséquences dépendent:

   de la substance, de la quantité consommée, de la personnalité du consommateur, du milieu familial, de l'entourage, du coût de la drogue, de la légalité des moyens utilisés pour s'en procurer, etc.

4. Conclure en rappelant aux élèves que toute décision concernant la consommation de drogues implique, entre autres, une évaluation des conséquences à court et long termes et que celles-ci n'apparaissent pas toujours de façon évidente.

Enrichissement:

- Témoignage d'un ex-consommateur.
- Visionner le diaporama **Virage** (voir bibliographie).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des conséquences de la consommation de drogues
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuille-support A)
  - — questionnement oral

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension par l'élève de l'importance d'évaluer les conséquences liées à la décision de prendre des drogues
- Mesure (comment):
  - — appel à l'expression de l'élève sur ses modes de prise de décision dans sa vie en général
  - — analyse des propos de l'élève

3

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.11.1)

Conséquences à court et long termes découlant de la consommation régulière et/ou abusive du tabac, de l'alcool et des autres drogues.

1re équipe:

— Conséquences au point de vue physique.

2e équipe:

— Conséquences au point de vue psychologique.

3e équipe:

— Conséquences au point de vue du rendement scolaire.

4e équipe:

— Conséquences au point de vue relationnel (amis, famille).

5e équipe:

— Conséquences au point de vue monétaire.

6e équipe:

— Conséquences au point de vue légal.

THÈME: Premiers soins
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « S.O.S.! Détresse respiratoire »*

Fiche 3.14.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 14, page 92)

Donner les premiers soins concernant les blessures les plus courantes.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

14.2 Indiquer la première décision que doit prendre le secouriste en situation d'urgence.*

14.4 Indiquer les responsabilités du secouriste qui donne les premiers soins à un blessé.*

14.5 Appliquer les soins à donner en cas d'asphyxie.*

14.6 Démontrer deux méthodes de respiration artificielle.*

14.13 Prendre le pouls.*

14.17 Indiquer l'attitude que doit adopter le secouriste à l'égard d'un blessé.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Décision: d'abord secourir la victime ou bien demander du secours.
- Responsabilités:
  - — évaluer situation
  - — donner soins requis
  - — alerter ou assurer le transport
- Asphyxie:
  - — faire respirer de l'air frais
  - — respiration artificielle (bouche à bouche): à un adulte, à un bébé)
  - — gestes à poser en cas d'étouffement.
- Pouls: radial et carotidien
- Attitude:
  - — veiller au calme du blessé
  - — le rassurer

Année 3e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

4e année O.I.: 14.4, 14.7, 14.8, 14.9, 14.10, 14.11, 14.12, 14.17.

5e année O.I.: 14.1, 14.2, 14.3, 14.4, 14.14, 14.15, 14.16, 14.17.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Le thème de l'urgence respiratoire a déjà été abordé en deuxième secondaire. Les acquis sont cependant très superficiels. Il est important que les adolescents sachent comment agir en cas d'asphyxie, car ils sont de plus en plus dans des contextes où ils ont des responsabilités (garde d'enfants, moniteurs de terrain de jeux, etc.) et un comportement adéquat dans cette situation peut sauver une vie.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant pourrait demander la collaboration d'une personne-ressource pour l'explication des techniques aux élèves. Il serait intéressant de réaliser cette activité suite à l'étude du système respiratoire en biologie. Certaines parties pourraient être réalisées en collaboration avec des enseignants d'autres matières (ex.: prise du pouls lors d'une activité physique, respiration artificielle lors d'une séance de natation, etc.).

Il est à noter que cette activité ne vise pas l'étude approfondie des sujets mais seulement des connaissances générales. Pour des connaissances plus approfondies, il est fortement suggéré de suivre un cours de secourisme.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes
- Documentation sur les premiers soins. Ex.: — Guide d'activités de la CSST — Le livre « Secourisme » de la Croix-Rouge (voir bibliographie)
- Carrés de tissu propre ou gazes
- Feuille-support A
- Feuille-support B, fiche 1.11.1 (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- Proposer aux élèves un petit exercice de relaxation en leur demandant de suivre les directives suivantes: (position assise)

— fermer les yeux

— détendre les muscles de la mâchoire et des épaules

— respirer lentement et profondément en imaginant le trajet de l'air oxygénant toutes les cellules du corps

— Répéter 3 fois.

ÉVALUATION

* Ces objectifs sont traités de façon approfondie dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activités 4.14.1 à 4.14.4.

DÉROULEMENT

1. Faire constater les bienfaits d'une respiration lente et profonde.
2. Amener les élèves à constater l'importance vitale de cette fonction et orienter l'entretien sur le fait que la respiration est le premier élément à vérifier lorsqu'on examine quelqu'un dans une situation d'urgence.
3. Effetuer un retour sur le schéma général d'intervention dans les situations d'urgence (cf. feuille-support B, fiche 1.11.1).
4. Demander ensuite aux élèves d'identifier les causes susceptibles de provoquer un arrêt de leur respiration.

   Causes possibles:
   - obstruction des voies respiratoires (ex.: corps étranger, noyade...);
   - air pauvre en oxygène ou contenant des gaz toxiques (ex.: fumée, monoxyde de carbone...);
   - centres nerveux du cerveau atteints (ex.: intoxication, blessure à la tête...).

5. Diviser la classe en deux groupes et leur demander d'écrire individuellement ce qu'ils feraient pour:

   élèves du 1er groupe: donner la respiration artificielle à quelqu'un qui ne respire plus (ex.: noyade).

   élèves du 2e groupe: aider quelqu'un qui s'est étouffé en mangeant.

   Variante: Distribuer la feuille support A et demander aux élèves de la compléter individuellement.
6. Faire verbaliser les réponses des élèves, rectifier si nécessaire et compléter l'information*. Suite aux explications de la technique de la respiration artificielle, demander à deux volontaires de faire la démonstration. (Idéalement, si le local est approprié et si le temps le permet, chaque élève devrait pratiquer cette technique avec un partenaire; l'utilisation de carrés de tissu propre ou de gazes devrait faciliter l'expérience).
7. Expliquer ensuite la procédure à suivre en cas d'étouffement.*
8. Conclure en regroupant les élèves deux par deux.

   Leur demander d'observer à tour de rôle les signes de respiration chez leur partenaire (regarder, écouter, sentir la respiration de l'autre).

   N.B.: il est important d'être habileté à reconnaître les signes de la respiration afin d'éviter de donner la respiration artificielle à quelqu'un qui n'a pas d'arrêt respiratoire.
9. Si le temps le permet, les inviter à repérer leurs pouls (radial ou carotidien) et à repérer celui de leur partenaire. (N.B.: une absence de pouls nécessite une intervention urgente de la part de personnes ayant reçu une formation spécialisée en réanimation cardio-respiratoire: alerter est la première chose à faire pour quelqu'un qui n'a pas reçu cette formation).

Enrichissement:

- Activités du guide réalisé par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec.
- Cours de secouriste à l'intention des parents des élèves intéressés.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - connaissance du sujet abordé
  - intérêt pour le sujet
- Mesure (comment):
  - observation des réactions à la mise en situation
  - questionnement sur le niveau de conscience de la problématique

Exploration-découverte

- Objets d'évaluation:
  - notions de base sur la respiration
  - connaissance du schéma d'intervention dans les situations d'urgence
  - notions de base sur la respiration artificielle
  - notions de base sur un cas d'étouffement
  - attitudes du secouriste face aux blessés
- Mesure (comment):
  - questionnement oral
  - observation des attitudes et des comportements lors du questionnement de la simulation

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - compréhension des principaux éléments de connaissance et d'attitude concernant la respiration, l'asphyxie, le secouriste
- Mesure (comment):
  - questionnement oral

3

* Se référer à la documentation citée dans la bibliographie pour cette technique ou faire appel à une personne-ressource.

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 3.14.1)

S.O.S.! Détresse respiratoire!...

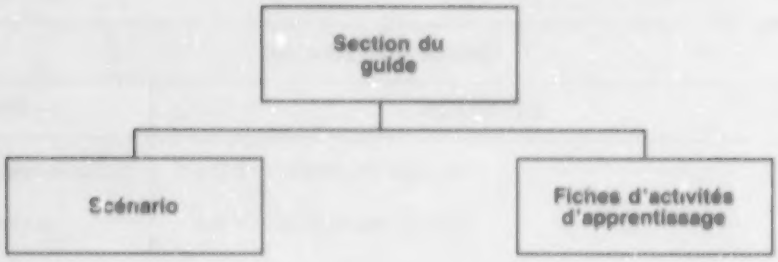
Retourne un télégramme à la molécule en expliquant la démarche que tu vas suivre.

1. S.O.S.! détresse respiratoire. Stop. Molécule d'oxygène appelle à l'aide. Situation d'urgence pour moi et mes compagnes. Stop. Semble y avoir blocage au niveau de la trachée. Corps étranger en vue. Stop. Procédures en cas d'étouffement à adopter immédiatement. Stop. Quelles sont ces procédures?

Procédures en cas d'étouffement. Stop.

2. S.O.S.! détresse respiratoire. Stop. Molécule d'oxygène appelle à l'aide. Situation d'urgence pour moi et mes compagnes. Stop. Accès aux poumons impossible car liquide transparent envahit le passage. Stop. Technique de respiration artificielle à utiliser sur le champ. Stop. Quelle est cette technique?

Technique respiratoire artificielle. Stop.



QUATRIÈME ANNÉE

4

Le scénario proposé est le suivant:

QUATRIÈME ANNÉE		
THÈMES	**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
4.2 Habitudes alimentaires	4.2.1* Régimes miracle	120 minutes
4.4 Hygiène mentale	4.4.1 Comment ça va?	60 minutes
4.5 Les véhicules	**	
4.6 Les véhicules	**	
4.11 Drogues	4.11.1 Disparue la drogue!..	60 minutes
4.12 La pollution	4.12.1 La pollution, ça me regarde!	60 minutes
4.14 La pollution	4.14.1 Faisons le point	60 minutes
4.15 Services de santé	4.15.1 J'ai mon bottin	120 minutes

* Le premier chiffre précédant chaque titre d'activité d'apprentissage correspond à la classe, le second à l'objectif terminal du programme et le troisième à la séquence dans le nombre d'activités d'apprentissage.
Exemple: Les chiffres 4.2.1 signifient: quatrième année, objectif terminal 2 du programme, première activité d'apprentissage.

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités présentées dans le guide - **La sécurité routière à l'école** -.

THÈME: Habitudes alimentaires
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Régime miracle »

Fiche 4.2.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 2, page 78)

Évaluer les habitudes alimentaires courantes chez les adolescents et les adultes.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

2.4 Évaluer les avantages et les désavantages de suivre des régimes miracles.

2.5 Échanger avec les pairs sur les raisons qui font que certains adolescents et adultes adoptent des comportements néfastes à leur santé.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Régimes:
  - types de régimes
  - effets de ces régimes
  - régimes valables

Année
4e

Temps
120 min.

Relation avec les autres O.I.

3e sec.
fiche 3.2.1
O.I.: 2.1, 2.2, 2.3

5e sec.
fiche 5.2.1
O.I.: 2.4, 2.5, 2.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Certains élèves peuvent avoir une crainte de l'obésité et qui les incite à viser des standards de poids quelquefois irréalistes et à s'imposer des régimes souvent fantaisistes et déficients. C'est aussi le propre de l'adolescent de désirer des résultats rapides même si c'est au détriment de sa santé.

Les motivations des comportements alimentaires sont souvent plus affectives et sociales que nutritionnelles et l'adolescent n'en est pas toujours conscient.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle d'animateur et de catalyseur tout au long de l'activité. Il pourra inviter une personne-ressource pour donner de l'information lors de la première partie.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, nutrionniste
- Découpures d'annonces publicitaires sur les régimes miracles
- Guide alimentaire canadien (1 copie par élève)
- Feuille-support A (contenu pour l'enseignant)
- Le manuel du Guide alimentaire canadien, chapitre XIV, pp. 57 à 61 (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent, demander aux élèves d'apporter, pour la prochaine rencontre, des découpures d'annonces publicitaires sur les régimes miracles.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour l'activité
  - acquis de l'élève en regard de la notion de régime
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements
  - questionnement oral

DÉROULEMENT

1. Inviter les élèves à faire une brève présentation des annonces qu'ils ont apportées et à dégager les arguments évoqués par la publicité, incitant à adopter de tels régimes. Les lister au tableau.

   Ex.: perte de poids rapide, épargne de temps, facilité, silhouette mince retrouvée, etc.

2. Demander aux élèves d'identifier les désavantages de ces régimes miracles et les lister au tableau.

   Ex.: reprise de poids rapide après la cessation du produit (jeu du yoyo avec son poids), déséquilibre alimentaire, monotonie, etc.

3. Compléter et corriger l'information sur les régimes miracles les plus populaires auprès des élèves et des adultes du milieu (cf. feuille-support A, fiche 4.2.1, contenu pour l'enseignant).

4. À la lumière de ces données, animer un échange sur la justesse des arguments évoqués par la publicité.

5. Souligner, en conclusion, que la meilleure façon de prévenir l'obésité ou de maintenir un poids satisfaisant, c'est d'adopter un régime alimentaire équilibré (basé sur le **Guide alimentaire canadien**) et de faire de l'exercice régulièrement.

   Distribuer des copies du **Guide alimentaire canadien**.

6. Effectuer un bref retour sur l'activité du cours précédent.

7. Demander aux élèves d'identifier d'autres comportements alimentaires néfastes à la santé souvent adoptés par les adolescents et les adultes.

   Ex.: sauter des repas, « manger sur le pouce », consommer abusivement des aliments ayant peu de valeur nutritive, trop manger, consommer de l'alcool de façon abusive, etc.

9. Animer un échange sur les raisons d'adopter de tels comportements (incluant les régimes miracles).

   Ex.: ressembler à cette image idéale que la publicité nous vante, économiser du temps, faire comme tout le monde, tromper son ennui, etc.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des désavantages des régimes miracles
  - — connaissance des comportements néfastes pour la santé
  - — connaissance des motivations qui mènent à l'adoption d'habitudes alimentaires néfastes
  - — attitudes de l'élève face à l'adoption d'habitudes alimentaires saines

- Mesure (comment):
  - — analyse des présentations des annonces
  - — analyse des propos et des interrogations de l'élève
  - — questionnement oral sur les motivations des jeunes à adopter des comportements néfastes à leur santé
  - — analyse des exercices d'improvisation

DÉROULEMENT

9. Proposer aux élèves un exercice d'improvisation (s'inspirer de la feuille-support A, fiche 5.4.1, ou simple improvisation d'un dialogue entre des étudiants).

   Exemples de thèmes à exploiter:
   - « j'ai pas le temps »
   - « passe-moi les chips »
   - « la modération a bien meilleur goût! »
   - « montre-moi donc ta boîte à lunch »
   - « je veux être mince, mince, mince... »
   - etc.

   À la suite de chaque improvisation, animer un échange sur les propos tenus.

10. Conclure l'activité en demandant aux élèves de faire (en classe ou à la maison) la démarche suivante dans leur journal personnel:

    - identifier un ou des comportements alimentaires néfastes à la santé, qu'ils adoptent souvent;
    - identifier les raisons qui les motivent à agir ainsi et des moyens simples susceptibles de les aider à modifier progressivement ces comportements.

Enrichissement:

- Organisation d'un panel avec des personnes-ressources, au niveau de l'école, sur le thème des régimes miracles.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt de l'élève à prolonger sa réflexion sur des habitudes alimentaires
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes et des réactions de l'élève suite à la démarche proposée
  - — analyse des commentaires de l'élève

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.2.1)

Évaluation critique de régimes amaigrissants[1]

NOM	AVANTAGES	DÉSAVANTAGES
Substituts de repas Ex.: • Nutridiète • Kiloprive • Normaligne • Métrécal • Herbalife • Nutri-Slim • Etc.	• Facile à comprendre • Facile à appliquer • Élimine les stimulis relatifs aux aliments • Aucune préparation spéciale (rapidité) • Grande disponibilité de ces produits	• N'améliore pas les habitudes alimentaires • Monotone et peu agréable • inefficace à long terme • Peu pratique (ex.: repas à l'extérieur) • Dispendieux • Ne satisfait ni l'appétit, ni le besoin et le désir de mastiquer • Reprise de poids rapide après cessation du produit • Possibilité de constipation
Diètes fantaisistes (bananes, riz, oeuf, pamplemousse, soupe, etc.)	• Facile à suivre	• Aucune valeur éducative • Déséquilibre alimentaire • Déficiences multiples • Monotonie Peu applicable à l'extérieur de la maison • Inefficace à long terme
Scarsdale	• Perte de poids rapide • Suggestions de menus	• Déséquilibre alimentaire (insuffisance de produits laitiers et céréaliers) • Déficiences possibles en calcium, vitamine B, thiamine, riboflavine • Manque de flexibilité, ne développe pas l'autonomie
Diurétiques (produits pour augmenter la sécrétion urinaire) Laxatifs (produits pour stimuler le fonctionnement des intestins)	• Aucun	• Inefficace • Perte d'eau (déshydratation) • Déséquilibre électrolytique • Malabsorption (avec laxatifs) • Aucune valeur éducative
Agents de volume (Aids, Pectine, Cellulore...)	• Diminue les sensations de faim • Facile à suivre	• Inefficace • Aucune valeur éducative • Inconfort abdominal (effets secondaires)
Protéines liquides	• Perte de poids rapide • Facile à suivre	• Aucune valeur éducative • Calories insuffisantes • Dispendieux • Déficiences multiples • Insuffisance en fibres (constipation) • Cas de mortalité aux États-Unis • À déconseiller (dangereux)
Clinique Mayo	• Facile à suivre	• Aucune valeur éducative • Inefficace à long terme • Déséquilibre alimentaire au niveau des menus • Monotonie • Peu applicable à l'extérieur de la maison • Surconsommation de lipides (gras) • Effets secondaires: nausées, fatigue, déshydratation, anxiété...
Thérapie de groupe « Weight Watchers »	• Support du groupe (augmente la motivation) • Menus et recettes • Régime équilibré • Régularité des rencontres • Popularité, crédibilité établie • Animation par ex-obèse	• Montant d'argent à débourser à l'inscription et à chaque semaine • Accentue la culpabilité lors d'une reprise de poids (récompense — punition) • Information en nutrition parfois incomplète

1. Inspiré d'un document de travail de la Corporation professionnelle des diététistes du Québec, (projet d'inventaire et d'analyse des produits et services reliés au traitement de l'obésité, novembre 1978), basé sur les critères établis par M. Ledoux-Pironnet et S. Simard-Mavrikakis.

THÈME: Hygiène mentale
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Comment ça va? »

Fiche 4.4.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 4, page 80)

Illustrer l'importance d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

4.1 Se rappeler les besoins qu'il faut satisfaire pour être être bien dans sa peau.
4.2 Indiquer les situations qui peuvent nuire à la satisfaction de ces besoins à l'adolescence.
4.3 Évaluer l'effet possible de ces situations sur le bien-être psychique.
4.4 Relever parmi ces diverses situations les éléments pouvant poser des problèmes pour son bien-être.
4.5 Dégager les constantes se trouvant dans tous ces éléments.
4.7 Indiquer les conditions nécessaires à l'établissement d'une relation harmonieuse avec l'environnement.
4.9 Identifier des moyens d'action qui favorisent son harmonie avec la vie qui l'entoure.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Cf. O.T.3, sec. 1er cycle
- Situations possibles: échec scolaire, abandon scolaire, problèmes familiaux, difficulté à entrer sur le marché du travail (chômage), difficulté à se faire des amis, etc.
- Effet possible: désabusement, divers types de dépression, statistiques sur le taux de suicide chez les jeunes
- Conditions: – connaissance de soi: besoins, désirs, attentes, possibilités et limites – connaissance des autres: ouverture aux problématiques des autres, leurs attentes, besoins, possibilités – ajustement et adaptation à l'environnement (définition)
- Moyens: être un agent de changement dans son environnement, changer chez lui des comportements ou des attitudes nuisibles à l'harmonie avec son environnement, etc.

Année 4e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

5e année fiche 5.4.1
O.I.: 4.6, 4.7, 4.8, 4.9

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent, comme tout être humain, peut être appelé à vivre des situations difficiles. Il doit s'ajuster à son environnement et cette adaptation ne se fait pas toujours sans conflit.

Le fait d'inventorier des moyens simples, susceptibles de favoriser son mieux-être lors de situations difficiles, pourra l'inciter à s'approprier ceux qu'ils jugent les plus bénéfiques pour lui.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant s'impliquera dans le travail des équipes et facilitera l'émergence de moyens d'actions simples et réalistes.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologue, travailleur social
- Feuille-support A (facultatif)

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent, demander aux élèves d'apporter, pour la prochaine rencontre, une photo, un disque, les paroles d'une chanson ou un objet quelconque évoquant pour eux un bon moment qu'ils ont vécu.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour l'activité
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions suite à l'activité proposée
  — analyse des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Inviter les élèves à se diviser en petits groupes de 2 ou 3 et à s'exprimer sur le « bon moment » qu'évoque pour eux ce qu'ils ont apporté. Allouer environ 10 minutes.

   (Fantaisie: regrouper ensemble les élèves habillés de la même couleur, nés le même mois, où qui aiment le même groupe musical...)

2. Souligner que tous les bons moments évoqués correspondent à des façons différentes d'« être bien dans leur peau » et en harmonie avec ce qui les entoure.

   Rappeler aux élèves que les moyens pour faire face aux situations plus difficiles sont aussi différents selon les individus.

3. Demander aux élèves d'identifier des situations difficiles que peuvent vivre les adolescents et les lister au tableau.

4. Les inviter à privilégier deux de ces situations et à effectuer, toujours en équipe, la démarche suivante:
   - inventorier toutes les causes possibles de ces situations difficiles;
   - dégager les causes sur lesquelles ils ont du pouvoir de celles sur lesquelles ils ne peuvent agir;
   - inventorier tous les moyens d'action susceptibles de rendre ces situations plus faciles à vivre.

5. Faire une mise en commun de tous les moyens inventoriés par les élèves pour chaque situation et les lister au tableau.

6. Conclure l'activité en faisant ressortir les points suivants:
   - tout le monde est susceptible de vivre des situations difficiles à un moment donné;
   - il n'y a pas de solution miracle pour chaque problème; il est important d'inventorier tous les moyens d'action possibles et de choisir ceux qui nous conviennent;
   - il vaut mieux ne pas perdre d'énergie pour changer les situations sur lesquelles on n'a pas de pouvoir;
   - il peut être important d'en parler à quelqu'un en qui on a confiance (parent, ami, professeur, etc.).

Enrichissement:

- Visionner **La santé c'est dans la tête** dans la série « Salut Santé », disponible à l'O.N.F. (voir bibliographie).
- Feuille-support A (démarche personnelle de l'élève)
- Écrire un article, pour le journal de l'école, qui propose aux adolescents des moyens simples à expérimenter pour « être mieux dans leur peau ».

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - capacité de l'élève à exprimer verbalement ses sentiments
  - compréhension de la notion d'unicité de la personne
  - connaissance qu'a l'élève des situations de sa vie sur lesquelles il peut agir
  - compréhension de la notion de « bien-être » et d'« harmonie »

- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et de comportements en équipe
  - analyse des propos et des interrogations de l'élève
  - questionnement oral sur la notion de bien-être et d'harmonie

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - intégration des notions acquises précédemment

- Mesure (comment):
  - appel à l'expression de l'élève sur l'importance qu'il accorde à vivre en harmonie
  - questionnement oral sur les diverses notions étudiées

4

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.4.1)

Quand ça ne va pas...

1. Identifie une situation difficile que tu vis présentement (à l'école, à la maison, avec un ami, etc.):

_____

_____

_____

_____

2. Quelles sont, d'après toi, les causes de cette situation (comportements ou attitudes nuisibles chez toi, chez les autres, etc.)?

_____

_____

_____

_____

3. Quelles sont, parmi ces causes, celles sur lesquelles tu peux agir?

_____

_____

_____

_____

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 4.4.1)

4. Écris tous les moyens susceptibles de rendre cette situation plus facile à vivre:

_____

_____

_____

_____

5. Quel moyen choisis-tu d'essayer (commence par une action simple, réaliste, que tu peux appliquer dès cette semaine)?

_____

_____

_____

_____

6. Quels résultats escomptes-tu obtenir d'ici une semaine?

_____

_____

_____

_____

Tu réponds à cette partie dans une (1) semaine seulement

Est-ce que le moyen que tu as choisi d'essayer t'a aidé à mieux vivre cette situation?

_____

_____

THÈME: Drogues
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Disparue la drogue!... »

Fiche 4.11.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 11, page 89)

Prendre des décisions éclairées à l'égard de la consommation de drogues.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

11.1 Se rappeler les notions étudiées précédemment sur les drogues.
11.2 Reconnaître que la consommation de drogues relève d'une décision strictement personnelle.
11.3 Reconnaître que la décision de prendre de la drogue a des conséquences pour l'avenir de sa vie personnelle.
11.4 Compléter ses connaissances sur les aspects légaux de la consommation de drogues.
11.5 Constater que la consommation de drogues entraîne des dépenses importantes.
11.6 Constater que la consommation de drogues peut handicaper la vie de ses proches.
11.7 Reconnaître les droits des non-consommateurs de drogues.
11.8 Indiquer les premiers bénéficiaires de la consommation de drogues.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Cf. O.T. 6, primaire 3e cycle
- Cf. O.T. 7, secondaire 1er cycle
- Décision personnelle: – notion de responsabilité de ses décisions et de ses actes
- Conséquences: – sur le plan physique, sur le plan psychologique, sur le plan professionnel et sur le plan social
- Aspects légaux: – code criminel – jurisprudence – loi sur les jeunes contrevenants – loi sur la protection de la jeunesse
- Dépenses: – coût élevé des diverses drogues
  – Conséquences du besoin pressant d'argent: – vol, prostitution, etc.
- Handicap sur le plan relationnel, sur le plan financier, sur le plan social, sur le plan de la santé
- Notions liberté et de droits individuels
- Bénéficiaires: – industrie de la cigarette, de l'alcool – trafiquants de drogue, organisations criminelles

Année 4e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année
Fiche 3.11.1

5e année
Fiche 5.11.1

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Un certain nombre d'adolescents de cet âge ont déjà consommé ou sont sur le point d'essayer certaines drogues licites ou illicites. Pour bon nombre d'entre eux, la consommation de drogues demeure un phénomène passager et/ou occasionnel. L'activité permet aux élèves de mettre en lumière certains aspects relatifs à la consommation de ces produits.

Rôle de l'enseignant: Cette activité suppose certaines connaissances sur les drogues. S'assurer, au préalable, que les élèves ont acquis ces connaissances au cours des années précédentes (Cf. O.T. 7, 1ère et 2e secondaire — O.T. 11, 3e secondaire). L'enseignant jouera un rôle de facilitateur et d'animateur au cours de cette activité.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, travailleur social, psychologue, policier éducateur
- Feuille-support A
- Brochure « Les drogues: des choix à faire » (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Inviter les élèves à imaginer la situation suivante:

  « Un être aux pouvoirs étranges a fait disparaître tout ce qui s'appelle « drogues » sur notre planète (cigarette, alcool, médicaments sans ordonnance et autres drogues...) ».

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour l'activité proposée
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des comportements suite à l'activité proposée

DÉROULEMENT

1. À partir de cette situation fictive, proposer aux élèves de réaliser des jeux de rôles en improvisant un dialogue entre des personnes concernées par la disparition de drogues (feuille-support A).

   Les modalités suivantes pourraient être utilisées:

   L'enseignant:
   - choisit lui-même les situations à improviser;
   - fait choisir les élèves;
   - fait piger les situations au hasard par les élèves.

2. Chaque équipe de deux improvise un dialogue pendant une durée maximum de deux minutes.

   À la suite de chaque improvisation, dégager les principaux éléments ressortis et animer un échange avec les élèves.

3. Faire une synthèse des divers aspects relatifs à la consommation de drogues (ex.: aspect individuel et contexte social, droit des consommateurs, conséquences sur le plan physique, psychologique, familial, social, légal, etc.).

4. Conclure en amenant les élèves à constater qu'ils ont des choix à faire face à la drogue (comme ils en ont face à la sexualité, à leur choix de carrière, etc.) et que les éléments suivants sont susceptibles de favoriser un choix plus éclairé:
   - connaissance des différentes drogues (effets, conséquences, etc.);
   - connaissance de soi (motifs de consommation);
   - possibilité d'en parler à des personnes responsables.

Enrichissement

- Approfondir la dimension « communication » (possibilité d'en parler à des personnes responsables) à l'aide de jeux de rôles, de mises en situation, de discussions en classe ou par le biais de certaines activités du volet « Éducation aux relations interpersonnelles ».

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension des consignes
  - — connaissance des divers aspects liés à la consommation de la drogue (cf. éléments d'apprentissage)
  - — connaissance des différentes drogues
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral sur la compréhension du jeu de rôles à réaliser
  - — analyse des productions
  - — questionnement oral sur les divers aspects liés à la consommation de drogues

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — prise de conscience par l'élève qu'il a des choix à faire face à la consommation de drogues
- Mesure (comment):
  - — analyse des propos et des interrogations de l'élève
  - — observtion des attitudes et des comportements en regard du sujet

4

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.11.1)

Les dialogues à improviser pourraient se dérouler entre:

- Deux magnats de l'industrie de la cigarette et de l'alcool.
- Deux trafiquants de la pègre.
- Deux consommateurs occasionnels de marijuana.
- Deux enfants de parents fumeurs.
- Deux adultes habitués à prendre des « pilules pour les nerfs » et des « pilules pour dormir ».
- Deux consommateurs faisant un usage régulier de drogues dures.
- Deux policiers affectés aux accidents de la route.
- Deux juges affectés aux cas de possession et de trafic de drogues.
- Une personne alcoolique et son(sa) conjoint(e).
- Deux médecins.
- Etc.

THÈME: La pollution
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « La pollution, ça me regarde »*

Fiche 4.12.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 12, page 90)

Prendre des décisions favorables au respect de l'environnement physique et à la protection de la santé publique.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

12.1 Indiquer divers milieux où les humains agissent souvent comme des agents pollueurs.*

12.2 Nommer les types de pollution les plus fréquents dans ces endroits.*

12.3 Reconnaître qu'il vit et qu'il aura à vivre en relation assez étroite avec plus d'un de ces milieux.*

12.4 Reconnaître qu'il sera sûrement très affecté par les agissements polluants des autres.*

12.5 Reconnaître qu'il aura lui aussi à se défaire de ses déchets.*

12.6 Identifier certaines décisions qu'il aura à prendre pour sa protection personnelle et celle de l'environnement physique et humain.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Milieux:
  - dans les industries de fabrication de produits
  - sur les fermes
  - à la maison
  - dans les parcs et les endroits publics
  - dans les services publics municipaux
  - au chalet, etc.
- Types de pollution:
  - dans l'air, dans l'eau, dans le sol
- Sources de pollution:
  - sources proches (voisins-communauté)
  - source lointaines (pluies acides, pollution de nappes d'eau souterraine, « touristes », etc.)
- Nature inévitable de la production et de la consommation
- Décisions: – comme consommateur – comme membre d'une collectivité – comme producteur – comme préposé à l'élimination de déchets de toutes sortes – responsabilités vis à-vis de la récupération et du recyclage

Année 4e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

2e année Fiche 2.7.1 O.I.: 7.1 à 7.11

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Si l'adolescent de cet âge ne peut pas toujours tenir compte des réalités, c'est parce que son imagination lui permet de dépasser la réalité immédiate et d'envisager des expériences en dehors de son pouvoir immédiat. Il rêve de changer le monde sans s'apercevoir ce qu'il pourrait faire autour de lui. Il semble préoccupé par le respect de l'environnement, mais il ne reconnait pas toujours que s'il est affecté par des agissements des autres, ses propres agissements les affectent aussi.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant aura à sensibiliser les élèves sur le problème de la pollution. Il les aidera à bien saisir les causes et les conséquences de celle-ci. L'enseignant assistera les élèves lors du travail en équipe et dans l'organisation de la campagne anti-pollution.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D

MISE EN SITUATION

- Inviter les élèves à relever les divers milieux où les humains agissent comme agents pollueurs et les conséquences sur l'environnement physique et humain.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour le sujet présenté
  - acquis de l'élève en regard de la notion de pollution
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements
  - analyse des propos des élèves

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activité 3.12.1.

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves les feuilles-supports A, B et C.

2. Inviter les élèves à lire les textes et à les commenter.

3. Distribuer la feuille-support D et demander aux élèves d'identifier les causes et les conséquences de la pollution et un moyen qu'ils pourraient prendre pour la combattre.

4. Inviter les élèves à former cinq équipes. Demander à chaque équipe d'identifier certaines décisions qu'ils ont ou auront à prendre:

   - comme consommateur;
   - comme membre d'une collectivité;
   - comme producteur;
   - comme préposé à l'élimination de déchets de toutes sortes;
   - comme responsable et organisateur de la récupération et du recyclage.

Enrichissement:

Organiser une campagne anti-pollution.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des types de pollution
  - — connaissance des causes et des conséquences de la pollution
  - — compréhension qu'a l'élève de sa dimension sociale
  - — connaissance des sources de pollution
- Mesure (comment):
  - — analyse des commentaires sur les textes présentés
  - — analyse des productions (feuille-support D)
  - — questionnement oral
  - — analyse des rapports d'équipe sur les décisions à prendre en regard de la pollution

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt de l'élève à agir sur son environnement
  - — intégration des connaissances acquises précédemment
- Mesure (comment):
  - — analyse des propos et des démarches effectuées
  - — supervision de la campagne
  - — observation des attitudes et des comportements de l'élève lors de l'organisation de la campagne

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.12.1)

La pollution de l'air

La pollution de l'air par les humains existe depuis plusieurs siècles. Selon les historiens, elle remonterait au XIV^{e} siècle, quand on a commencé à se servir du charbon comme combustible. Aujourd'hui c'est la proportion et l'intensité de la pollution causée par les industries qui sont inquiétantes.

L'air est pollué quand les contaminants qu'il contient peuvent causer des maladies ou être nuisibles à la santé, à la sécurité et au bon état des végétaux, des animaux et des humains. La pollution de l'air est l'une des causes de la montée en flèche des maladies chroniques comme le cancer des poumons, l'emphysème et l'asthme.

Chacun de nous est un pollueur de l'atmosphère quand nous utilisons des combustibles (huile, gaz, charbon, bois...) comme source de chauffage ou d'énergie mécanique. Le plus grand pollueur urbain est le véhicule moteur.

Il s'avère donc nécessaire que chacun de nous prenne des décisions en vue de se protéger et de protéger son environnement physique et humain.

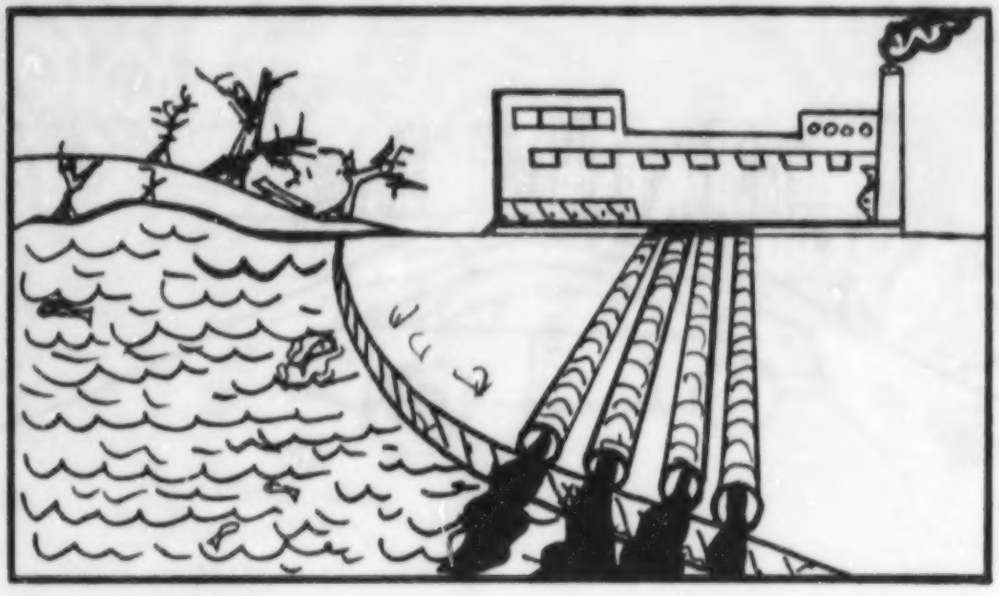
FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 4.12.1)

La pollution de l'eau

Le Canada possède de l'eau douce en abondance. Ces grandes réserves d'eau font partie du patrimoine de tous les canadiens. Cependant, les villes et les industries se concentrent sur de petites superficies et, de ce fait, souillent les eaux qui sont les plus faciles d'accès. Les plus grandes menaces à la pureté de nos lacs et de nos rivières sont dues à l'évacuation des déchets domestiques et industriels. Les déchets et les ordures provenant des humains, s'ils sont déversés sans traitement dans les cours d'eau, utilisent l'oxygène dissous nécessaire aux plantes aquatiques et aux poissons. Les détersifs dans les cours d'eau agissent comme fertilisants sur les algues et favorisent ainsi l'engorgement des eaux. Les déchets industriels contiennent des phosphates et des produits dangereux tels que l'arsenic, le cyanure et l'acide sulfurique. Le pétrole, en plus de souiller l'eau et les plages, est l'ennemi des poissons et des oiseaux aquatiques.

Les usines de traitement alimentaire, les fabriques de pâtes et papiers et les pesticides diminuent la capacité de l'eau de maintenir la vie. Chacun de nous peut aider à conserver cette grande richesse. Il suffit de faire sa part.



FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 4.12.1)

La pollution du sol

Plus la population d'un pays s'accroît, plus la demande en terrains est grande. On a besoin de terrains pour l'agrandissement des villes, la construction de centres commerciaux, de routes, de voies ferrées, d'aéroports, pour l'exploitation minière ou industrielle et pour la culture maraîchère.

Les villes connaissent déjà tous les problèmes relatifs à l'utilisation des terres: le manque d'espaces de verdure et d'espaces libres se fait sentir car les parcs et les jardins se font rares. Il est même difficile de trouver des endroits pour aménager les dépotoirs municipaux.

L'évacuation des déchets solides devient donc un grave problème de pollution parce que la grande quantité de substances polluantes déchargées sur le sol va toujours en grandissant, par exemple les pesticides, les herbicides, les fertilisants et les sels ainsi que les polluants atmosphériques amenés sur le sol par la neige et la pluie. L'incinération et l'enfouissement sont les deux façons les plus souvent utilisées pour évacuer ces déchets.

Notre société est orientée de plus en plus vers la consommation et le jetable. Nous devons apprendre à recycler les déchets ou à les éliminer sans nuire à l'environnement.

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 4.12.1)

Causes	Conséquences

Je m'implique comment?

THÈME: Premiers soins
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Faisons le point »*

Fiche 4.14.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 14, page 92)

Donner les premiers soins concernant les blessures les plus courantes.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

14.2 Indiquer la première décision que doit prendre le secouriste en situation d'urgence.*
14.4 Indiquer les responsabilités du secouriste qui donne les premiers soins à un blessé.*
14.7 Expliquer les procédures à suivre en cas d'inconscience.*
14.8 Appliquer les soins à donner en cas d'hémorragie.*
14.9 Appliquer les soins à donner en cas de fracture.*
14.10 Indiquer les soins à donner en cas de brûlures légères.*
14.11 Indiquer les soins à donner en cas de blessures à l'oeil.*
14.12 Indiquer les soins à donner en cas d'engelures.*
14.17 Indiquer l'attitude que doit adopter le secouriste à l'égard d'un blessé.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Décision: - d'abord secourir la victime ou bien demander du secours.
- Responsabilités: - évaluer la situation - donner les soins requis - alerter ou assurer le transport
- Inconscience: - Cf. procédures préconisées par l'Ambulance St-Jean, la Croix-Rouge...
- Hémorragie: - plaie avec hémorragie légère, grave - avec corps étranger - hémoragie interne - du cuir chevelu, etc.
- Fracture: - stabilisation
- Brûlures: - immersion de la région brûlée dans l'eau froide ou application d'un linge propre, froid et humide
- Blessures à l'oeil: - corps étranger - lacération, contusions
- Engelures: enlever tout vêtement mouillé - procurer de la chaleur
- Attitudes: - veiller au calme du blessé, le rassurer

Année 4e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année O.I.: 14.2, 14.4, 14.5, 14.6, 14.13, 14.17

5e année O.I.: 14.1, 14.2, 14.3, 14.4, 14.14, 14.15, 14.16, 14.17

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent de quatrième secondaire a déjà abordé l'étude des sujets traités dans cette activité au premier cycle du secondaire. Cependant, les acquis sont très superficiels. Par ailleurs, il est reconnu que lorsque l'on n'utilise pas ses connaissances et ses habiletés en premiers secours pendant un certain temps, on oublie très rapidement. Il est donc important de permettre aux élèves de revenir sur cet objet d'étude, afin de donner plus de permanence à leurs acquis.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant pourrait demander la collaboration d'une personne-ressource pour rectifier et compléter les données recueillies à la maison par les élèves. L'enseignant motivera les élèves à échanger avec leurs parents suite aux informations reçues au cours. Il pourra également les motiver à approfondir leurs connaissances sur les premiers soins en suivant des cours de secourisme car l'activité réalisée en classe ne permet évidemment que l'acquisition de connaissances très générales.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes
- Documentation sur les premiers soins. Ex.: - Guide d'activités de la CSST - Le livre « Secourisme » de la Croix-Rouge (voir bibliographie)
- Feuille-support A

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent l'activité, demander aux élèves d'effectuer une mise au point auprès de leur famille concernant les grandes lignes de conduites à adopter lors de certaines blessures. Leur distribuer la feuille-support A, les inviter à la compléter à la maison avec leurs parents et à la rapporter au prochain cours. Variante: Répartir les sujets entre les élèves.

ÉVALUATION

* Ces objectifs sont traités de façon plus approfondie dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activités 5.14.1. à 5.14.4.

DÉROULEMENT

1. Avant de faire le bilan des résultats de leur questionnaire, rappeler le schéma général d'intervention dans les situations d'urgence (cf. feuille-support B, fiche 1.11.1).

2. Animer ensuite un échange au cours duquel, pour chaque blessure:

   - les élèves font une mise en commun des données recueillis sur la feuille-support A;
   - l'enseignant ou la personne-ressource fait ressortir ce qu'il faut faire et ne pas faire (grandes lignes), en corrigeant les fausses croyances sur le sujet.

   Ex.: • mettre du beure sur une brûlure;
   • frotter un membre gelé;
   • etc.

   N.B.: Inviter les élèves à corriger la feuille-support A au fur et à mesure.

3. Conclure en amenant les élèves à dégager les responsabilités générales du secouriste et l'attitude que celui-ci doit avoir avec le blessé (cf. feuille-support B, fiche 1.11.1).

Enrichissement:

- Les élèves apportent la feuille-support A corrigée à la maison et échangent avec leurs parents.
- Mise en situation sur chaque type de blessure et démonstration de la conduite à tenir.
- Activités du guide réalisé par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec.
- Cours de secourisme pour les élèves et parents intéressés.
- Formation des pairs par les élèves ayant suivi des cours de secourisme.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour le travail qu'ils auront à faire
- Mesure (comment):
  — observation des réactions lors de la présentation de l'activité
  — questionnement sur le niveau de conscience de la problématique des sujets qui seront abordés

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  — connaissance du schéma général d'intervention
  — notions d'intervention pour une hémorragie, le saignement de nez, la fracture d'un membre, les brûlures, les blessures à l'oeil, les engelures, les évanouissements, la fracture de la colonne
- Mesure (comment):
  — analyse des réponses données dans le questionnaire
  — questionnement oral
  — observation des attitudes et des comportements

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  — compréhension des principaux éléments de connaissance et des points encore obscurs pour les élèves
- Mesure (comment):
  — questionnement oral

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.14.1)

Que faut-il faire en cas d'hémorragie (lorsqu'une blessure saigne abondamment)?

Que faut-il faire en cas de saignement de nez?

Quels sont les gestes à poser lors d'une fracture d'un membre?

Quels sont les gestes à poser en cas de brûlures?

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 4.14.1)

Quels sont les gestes à poser en cas de blessures à l'oeil?

Que faut-il faire lors d'une engelure?

Quels sont les gestes à poser lorsque quelqu'un se sent mal et est sur le point de s'évanouir?

Quels sont les gestes à poser pour secourir quelqu'un qui a perdu conscience, s'il n'y a pas de risques de fracture de la colonne?

Quels sont les gestes à poser pour secourir quelqu'un qui a perdu conscience, s'il y a risque de fracture à la colonne? (ex.: suite à une chute grave)

THÈME: Services de santé
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « J'ai mon bottin »

Fiche 4.15.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 15, page 94)

Faire appel aux services de santé dont il a besoin.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

15.1 Établir une liste des services de santé qu'il connaît.

15.2 Comparer sa liste avec celle de ses pairs.

15.3 Avec ses pairs, compléter la liste des services de santé.

15.4 Décrire les divers services offerts par ces personnes ou ces organismes.

15.5 Localiser sur son territoire les différents services offerts.

15.6 Discuter avec ses pairs les raisons d'utiliser les services de santé.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Services de santé: – l'hôpital, D.S.C., C.L.S.C., C.S.S., cliniques médicales, services d'urgence, services d'aide et d'entraide, etc.
- Services offerts par: l'hôpital, les C.L.S.C., les C.S.S., le médecin, l'infirmière, les cliniques médicales, services d'aide et d'entraide, etc.
- Localisation: nom des organismes, adresse des organismes, téléphone des organismes; nom, adresse, téléphone d'un ou de deux médecins
- Utilisation des services de santé: utilisation rationnelle des services selon les besoins, abus des usagers

Année
4e

Temps
120 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent vit une étape où il doit progressivement se prendre en charge. Les responsabilités face aux divers problèmes de santé ont été assumées en grande partie par ses parents depuis son enfance. Les situations nouvelles souvent vécues à l'adolescence (face à la sexualité, aux changements physiques, aux drogues, aux conflits avec soi et la famille, etc.) rendent l'adolescent plus vulnérable. Il arrive qu'il soit démuni et ne sache pas trop où s'adresser lorsqu'il veut de l'information ou vit des problèmes.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle d'animateur et de facilitateur. Il pourra diviser les équipes selon les modalités qu'il privilégie, en tenant compte du contexte du milieu (rural, urbain, etc.) Par exemple, il pourrait regrouper les élèves d'un même milieu géographique, ou partager les services entre les équipes dans un milieu où ceux-ci ne sont pas nombreux. Il sera probablement nécessaire d'assister les élèves dans leurs recherches à l'extérieur de l'école en leur indiquant comment rejoindre les personnes ou organismes concernés.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologue, travailleur social, organismes environnants
- Feuille-support A

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves les deux personnages de la feuille-support A.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour le sujet
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions
  — analyse des propos

DÉROULEMENT

1. Se servir de la situation des deux personnages pour animer une discussion sur l'utilisation des services de santé. La réflexion pourrait être guidée à l'aide des questions suivantes:
   - Connaissez-vous des gens qui, selon vous, abusent ou sous-utilisent les services de santé?
   - Pourquoi, d'après-vous, ont-ils un tel comportement?
   - Où vous situez-vous par rapport à ces deux extrêmes?
   - Donnez des exemples de situations concrètes qui amènent les jeunes de votre âge à utiliser les services de santé?

   (ex.: soins d'urgence, information-santé, planning, grossesse, maladies, détresse, agressions, etc.).
2. Demander aux élèves de faire une liste individuelle des services de santé et/ou de personnes qu'ils connaissent et qui sont susceptibles de répondre à leurs besoins.
3. Regrouper les élèves en équipe et leur demander de comparer et de compléter leur liste.
4. Proposer aux élèves de faire une recherche afin de créer leur propre bottin de ressources.
5. Aider les élèves à dresser un plan d'action au niveau de chaque équipe, en vue de recueillir les informations suivantes:
   - description de chaque service;
   - exemples de situations où on peut l'utiliser;
   - localisation (adresses, numéros de téléphone).

   Inviter les élèves à répertorier l'ensemble des services offerts en y incluant les ressources moins traditionnelles (ex.: médecines alternatives, services d'aide téléphonique (tel-aide, grossesse-secours, viol-secours, urgence sociale, centre de prévention du suicide, etc.), personnes responsables en qui ils ont confiance, groupes d'entraide, centres de santé, centres d'accueil, centres d'hébergement, etc.).
6. Permettre à chaque équipe de synthétiser les informations obtenues et inviter chaque élève à colliger les informations et à fabriquer son propre bottin de ressources.

Enrichissement:

— Illustrer un bottin et en distribuer des exemplaires dans un endroit stratégique de l'école.

— Fabriquer une bande dessinée en se servant des personnages de la feuille-support A.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  — connaissance des services de santé (description, localisation, utilisation)
- Mesure (comment):
  — analyse des commentaires et des interrogations de l'élève
  — analyse des travaux d'équipe

Action unifiante:

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève à faire son propre bottin de ressources (attitudes vis-à-vis de sa santé)
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions face à la démarche proposée
  — analyse des propos de l'élève

4

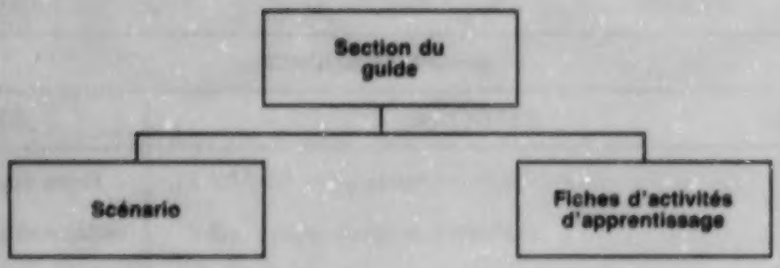
FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 4.15.1)

Idémar « La panique » et Gertrude « Ça va guérir »

Idémar « La panique » demande une consultation au moindre petit bobo. Il appelle son médecin chaque fois que son fils éternue. Quand il se coupe en se rasant, il se rend à l'hôpital et exige d'être sous surveillance médicale pendant 24 heures.

Gertrude « Ça va guérir » déteste les hôpitaux. Elle continue de traîner sa jambe fracturée parce que, dit-elle, « l'hôpital, ça rend malade ».



CINQUIÈME ANNÉE

5

Le scénario proposé est le suivant:

CINQUIÈME ANNÉE			
THÈMES		**ACTIVITÉS**	**TEMPS (MIN.)**
5.1 Problématique santé	5.1.1*	À votre santé	60 minutes
5.2 Habitudes alimentaires	5.2.1	Une question d'équilibre	120 minutes
5.4 Hygiène mentale	5.4.1	On improvise	60 minutes
5.5 Les véhicules		**	
5.6 Les véhicules		**	
5.8 Outils dangereux	5.8.1	La sécurité et les armes à feu	60 minutes
5.11 Drogues	5.11.1	Le référendum	60 minutes
5.13 Les loisirs	5.13.1	Les loisirs, c'est important!	60 minutes
5.14 Premiers soins	5.14.1	Info-secours, bonjour!	60 minutes
5.16 Santé et sécurité en milieu de travail	5.16.1	La loi de la santé et de la sécurité du travail	60 minutes
	5.16.2	La loi sur les accidents de travail et les maladies professionnelles	60 minutes

* Le premier chiffre précédant chaque titre d'activité d'apprentissage correspond à la classe, le second à l'objectif terminal du programme et le troisième à la séquence dans le nombre d'activités d'apprentissage.
Exemple: Les chiffres 5.1.1 signifient: cinquième année, objectif terminal 1 du programme, première activité d'apprentissage.

** Se référer à l'annexe II pour le scénario des activités présentées dans le guide « La sécurité routière à l'école ».

THÈME: Problématique santé
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « À votre santé »

Fiche 5.1.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 1, page 77)

Décrire sommairement les problèmes associés à la conservation de la santé.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

1.1 Identifier les différents facteurs influençant l'état de santé.

1.2 Décrire sommairement l'effet de ces facteurs sur le maintien de son état de santé.

1.3 À partir d'exemples de la vie courante, décrire comment se prennent habituellement les décisions qui concernent la santé.

1.4 Décrire sommairement la situation de l'individu qui doit se soucier de son état de santé.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Facteurs: publicité, conditions de vie économique, conditions de travail, conditions climatiques, pairs, parents, services de santé (hôpitaux, C.L.S.C., C.S.S., etc.) l'individu, etc.
- Effets: absence d'effet, effet positif, effet négatif.
- Processus de décision: exemples rapportés par les élèves, importance accordée aux différents facteurs, facteurs dominants dans diverses situations, influences réciproques des différents facteurs.
- Situation:
  — l'environnement: influence de divers facteurs dans ses décisions, habitudes et comportements, conditions de vie favorables ou défavorables à sa santé, fréquence ou absence de ressources disponibles ayant une action préventive ou curative; — l'individu: a certaines valeurs personnelles, certains goûts et préférences, parfois contradictoires, a la responsabilité première en ce qui concerne sa santé, doit vivre dans une culture donnée.

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Beaucoup d'adolescents décrivent la santé comme un état de bonne forme physique (souvent relié au fait de ne pas fumer, de ne pas boire, de faire de l'exercice), ou tout simplement à une absence de maladie. Cette conception reflète ce qui est souvent véhiculé dans la société, par la publicité, par certains membres du corps médical, etc. L'ensemble des composantes physiques, psychiques, sociales et environnementales fait rarement partie de leur définition spontanée de la santé, de sorte qu'ils sont plus ou moins conscients de tous les facteurs ayant une influence sur leur état de santé et sur les décisions qu'ils ont à prendre.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant aura un rôle d'animateur et de facilitateur tout au long de l'activité et amènera les élèves à développer une conception plus large de la santé.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologue, travailleur social
- Feuille-support A (contenu pour l'enseignant)
- Feuille-support B (contenu pour l'enseignant
- « Vivre en santé » de Serge Mongeau, chapitre I (voir bibliographie)

MISE EN SITUATION

- Demander aux élèves d'identifier individuellement, une personne qu'ils connaissent et qui leur semble en santé.
- Les inviter à inscrire sur une feuille les caractéristiques de cette personne.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour l'activité
  — acquis en regard de la notion de santé
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions
  — analyse des interrogations et des réactions en regard de l'activité proposée

DÉROULEMENT

1. Inscrire au tableau l'ensemble des caractéristiques et dégager le portrait-robot de la personne en santé, en faisant ressortir les aspects d'ordre physique, psychique et social.
2. Demander aux élèves s'ils connaissent des facteurs susceptibles d'influencer leur santé. (Parler de la santé en faisant référence à « être bien dans sa peau », à un certain bien-être physique, psychique et social).

   À l'aide de sous-questions, aider les élèves à identifier les principaux facteurs (s'inspirer de la feuille-support A).
3. Proposer aux élèves de faire une démarche pour identifier de quelle façon ces différents facteurs sont susceptibles d'influencer leur santé.

   Regrouper les élèves en autant d'équipes qu'il y a de facteurs et inviter chaque équipe à répondre à la question suivante:

   > démontrer, à l'aide d'exemples concrets, de quelle façon ce facteur (ex.: publicité) peut influencer votre santé.
4. Procéder à une mise en commun et à une synthèse du travail des équipes.
5. Conclure en insistant sur les données suivantes:
   - La santé est conditionnée, de façon positive ou négative, par une multitude de facteurs.
   - Il existe un jeu d'interinfluence entre tous ces facteurs.

     ex.: la publicité influence les habitudes de vie des individus; ces habitudes de vie engendrent des problèmes (ex.: toxicomanie) nécessitant certains types de services de santé; certains services de santé font des pressions pour améliorer la qualité de vie, et ainsi de suite...
   - Ils ont du pouvoir sur certains de ces facteurs; sur certains autres, ils en ont moins ou pas du tout.

     ex.: • je ne peux pas changer mon bagage héréditaire, contrôler (individuellement) la qualité de l'air pollué de l'usine ou l'ensemble du contexte social dans lequel je vis.

     • je peux trouver des moyens pour améliorer la communication avec mes pairs, décider de ne pas fumer, etc.

Enrichissement:

- Démarche personnelle des élèves consistant à inventorier les facteurs qui influencent la décision d'adopter un comportement néfaste à leur santé.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance de diverses composantes de la santé
  - — connaissance des facteurs d'influence de l'état de santé
  - — compréhension des modes d'influence des divers facteurs
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral
  - — analyse des productions (étapes 1 et 3)
  - — analyse des propos de l'élève

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension de l'interaction des divers facteurs
- Mesure (comment):
  - — questionnement oral sur l'interaction des facteurs, à partir de situations tirées de la vie adolescente

5

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.1.1)

Exemples de facteurs susceptibles d'influencer positivement ou négativement mon état de santé

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.1.1)

Les déterminants de la santé

Nous sommes encore très ignorants des causes réelles de la plupart des problèmes de santé. Les travaux épidémiologiques essaient surtout d'identifier des facteurs de risque et reconnaissent l'origine multifactorielle d'un bon nombre de maladies actuelles. Ils font de plus en plus appel aux autres disciplines des sciences sociales comme la psychologie, la sociologie, l'économie, afin d'essayer de mieux cerner la genèse si complexe des problèmes actuels de santé. Cette situation s'est amplifiée avec l'évolution rapide de l'environnement physique ou social dans lequel l'homme est appelé à vivre. Mais l'incertitude demeure encore grande en ce domaine, même si l'on s'accorde à reconnaître aujourd'hui l'importance des facteurs culturels, sociaux et économiques dans cette genèse. Un effort de recherche considérable s'impose, si l'on veut arriver à saisir la part relative de tous ces facteurs dans l'étiologie des maladies, ainsi que leur modèle d'intervention.

Dès 1974, la Nouvelle perspective de la santé des Canadiens proposait une conception globale de la santé, en identifiant les quatre principaux éléments susceptibles d'influencer la maladie et la mortalité: la biologie humaine, l'environnement, les habitudes de vie et l'organisation des soins de santé.

La biologie humaine

La recherche et l'action médicales concernant la biologie humaine se sont surtout développées en fonction des concepts de biologie et de pathologie d'organes. Plus récemment, leurs objectifs se sont élargis et s'expriment davantage en termes de santé publique: protection de la santé de la mère et de l'enfant, réduction des principales causes de mortalité ou de morbidité. Des progrès considérables ont ainsi été réalisés, comme la baisse spectaculaire de la mortalité périnatale et infantile, la correction de nombreuses anomalies et la diminution importante des maladies d'origine infectieuse. Mais il semble aujourd'hui qu'une approche plus spécialisée de la biologie doit être complétée par une approche plus globale qui considère la biologie de l'homme et de la femme, et leurs problèmes de santé, selon deux grands paramètres: leur développement et leur environnement.

L'environnement

L'environnement peut agir directement sur la santé (exposition à des produits toxiques) ou indirectement en raison de son influence sur les conditions de vie, le degré de stress et certains comportements nuisibles (abus de tabac ou d'alcool) ou, au contraire, favorables à la santé (attitudes préventives).

Au Québec, l'environnement social s'est considérablement modifié depuis le début des années 1960. Par exemple, certaines valeurs, comme la religion et la famille traditionnelle ont décliné rapidement. L'entrée massive des femmes sur le marché du travail a donné lieu à une certaine modification de la répartition des tâches et à des conflits de rôles parfois douloureux. L'urbanisation s'est accompagnée d'un affaiblissement des solidarités naturelles. De plus, on a assisté à un accroissement important du rôle de l'État, des structures syndicales et des communications. Tous ces changements supposent une adaptation rapide de la population, qui n'a pas toujours été facile en l'absence de ressources adéquates des individus ou du milieu.

Le travail rémunéré devient aujourd'hui la valeur essentielle d'un individu dans notre société. Certains groupes de population comme les personnes âgées, les femmes au foyer, les chômeurs et les assistés sociaux connaissent des problèmes de santé qui proviennent en partie d'un sentiment de dévalorisation et de mise à l'écart. L'évolution conjoncturelle récente et l'aggravation du chômage ne sont probablement pas étrangères à l'augmentation de certains problèmes de santé mentale et du taux de suicide, ainsi que le suggèrent plusieurs études.

Source: Conseil des affaires sociales et de la famille *Objectifs santé. Rapport du comité d'étude sur la promotion de la santé*, Québec, 1984, pp. 15 à 18.

Le milieu de travail joue un rôle également important dans la genèse de la santé. En premier lieu, c'est le travail qui donne à l'individu son identité et ses moyens de subsistance. Les conditions de travail au sens large (environnement physique, nature de la tâche, organisation du travail) peuvent exercer un effet favorable sur la santé ou, au contraire, constituer un facteur de risque supplémentaire d'accident, de stress ou d'usure précoce. L'évolution technologique a grandement contribué à diminuer certains risques, par l'automatisation des procédés dangereux.

Mais elle en a également généré d'autres, comme le démontrent les études récentes sur les problèmes de santé éprouvés par les travailleurs et les travailleuses des secteurs tertiaires largement informatisés.

Les habitudes de vie

Si l'on s'attache à l'étude des comportements, on note au Québec une consommation de psychotropes plus élevée que partout ailleurs au Canada. D'un autre côté, la proportion de fumeurs réguliers a diminué chez les hommes, mais malheureusement pas chez les femmes, et notamment chez les plus jeunes d'entre elles, qui fument maintenant plus que les hommes du même âge. Cette évolution est préoccupante quand on sait que le cancer du poumon est en passe de devenir la première cause de mortalité par tumeur chez les femmes.

Maintes études ont évalué les coûts sociaux et économiques associés à l'alcool, ne serait-ce que par le biais des accidents de la route ou de la violence dans les familles. Or, la consommation moyenne d'alcool s'accroît régulièrement au Québec et ceci, dès l'adolescence.

On constate que les habitudes de vie nuisibles à la santé sont particulièrement répandues dans les milieux défavorisés. Il y a d'ailleurs un lien important entre ces habitudes et le niveau de stress de la population.

Certaines caractéristiques, chez les individus (l'âge, le niveau de revenu, le niveau d'instruction) ou dans des groupes de population (secteur économique, région, culture), agiraient comme facteurs de risques, en les rendant particulièrement vulnérables. Ainsi trouve-t-on un écart de 14 ans dans l'espérance de vie en bonne santé, entre le résident d'un quartier aisé de Montréal (Notre-Dame de Grâce) et celui d'un des quartiers les plus défavorisés (Saint-Henri).

Un nombre impressionnant d'études font d'ailleurs état des inégalités flagrantes de santé qui existent entre les différentes catégories socio-professionnelles. Selon les données de l'enquête Santé Canada, les taux d'incapacité permanente chez les Québécois âgés de 45 à 64 ans varient de 1,8 % chez les directeurs et gérants d'entreprise à 40 % chez les travailleurs des industries primaires. Ces chiffres confirment l'existence d'un cercle vicieux santé-pauvreté dont l'aboutissement est souvent l'usure précoce et l'invalidité.

Le système de soins

L'avènement de la gratuité des soins et l'augmentation du nombre de médecins de famille ont grandement contribué à améliorer l'accessibilité de l'ensemble de la population à des soins de qualité. L'évolution de l'état de santé des Québécois, la nature des problèmes qui les affectent principalement et l'adoption d'une vision plus positive de la santé qui met notamment l'accent sur l'autonomie, suggèrent cependant une certaine réorientation des préoccupations du système de soins. Cette réorientation pourrait se faire autour d'objectifs de santé jugés prioritaires.

Une meilleure adéquation du système de rémunération aux différentes fonctions médicales et un accent encore plus marqué sur la gestion locale des unités de soins et sur la participation de la population faciliteraient cette orientation et permettraient une meilleure atteinte des objectifs d'humanisation, de globalité et de continuité des soins.

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 5.1.1)

Le secteur de la santé a connu une expansion très rapide de ses coûts au Québec comme dans la plupart des pays de type occidental. Cette évolution est aujourd'hui confrontée à la capacité limitée de financement d'une société, atteinte par le ralentissement de la croissance économique et le vieillissement de la population. Cette contrainte est d'autant plus forte que depuis l'avènement de la gratuité des soins, le système est quasi entièrement financé par prélèvement fiscal. Cette situation laisse entrevoir la nécessité de choix ou de compromis nécessaires entre la gratuité universelle des soins, la conservation des acquis du système, tant au niveau de la qualité des soins que dans l'avancement de la recherche et de la technologie, et les investissements à réaliser dans certains secteurs moins techniques (comme les soins et services aux malades chroniques et aux personnes âgées). Elle suggère une certaine réflexion sur le niveau optimal des dépenses de santé au Québec et sur leur financement.

THÈME: Habitudes alimentaires
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Une question d'équilibre »

Fiche 5.2.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 2, page 78)

Évaluer certaines habitudes alimentaires courantes chez les adolescents et les adultes.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

2.6 Évaluer les kilojoules absorbés en regard de sa dépense énergétique.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Évaluation
  - — bilan des kilojoules absorbés chaque jour en fonction de sa ration alimentaire
  - — bilan de l'énergie dépensée au cours de ses activités

Année 5e

Temps 120 min.

Relation avec les autres O.I.

3e sec. fiche 3.2.1 O.I.: 2.1, 2.2, 2.3,

4e sec. fiche 4.2.1 O.I.: 2.4, 2.5, 2.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent possède une plus grande stabilité; ses goûts et ses intérêts sont mieux définis. Le souci d'une apparence agréable et la tentative de se rendre désirable font que son poids et la surcharge pondérale éventuelle sont des sujets qui l'intéressent.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant aura à jouer un rôle de facilitateur en aidant les élèves dans leur démarche.

Cette activité pourrait être aussi expérimentée dans le cadre du cours d'éducation physique.

Cette activité demande beaucoup de support de la part de l'enseignant quant il s'agit de traduire le relevé alimentaire sur la fiche de pointage.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, nutritionniste
- Feuille-support A (Guide alimentaire canadien)
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D
- Feuille-support E
- Feuille-support F (contenu pour l'enseignant)

MISE EN SITUATION

- Si le temps le permet, peser et mesurer les élèves.
- Faire vérifier si leur poids correspond à leur âge, leur taille et leur sexe, selon la table représentée sur la feuille-support B. (Une table de masse corporelle plus précise pourrait être utilisée).

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - — intérêt de l'élève pour le sujet
- Mesure (comment):
  - — observation des attitudes, des réactions et des propos de l'élève

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves le Guide alimentaire canadien (feuille-support A) et faire la revue des groupes alimentaires et du nombre de portions recommandées pour assurer une alimentation équilibrée.

2. Calculer l'apport énergétique (approximatif):

   - distribuer la feuille-support C et demander aux élèves d'inscrire les aliments et les boissons qu'ils ont consommés la veille. Souligner qu'ils ne doivent oublier aucun aliment et qu'ils doivent tenir compte des quantités;
   - inscrire le nombre de portions des aliments consommés sur la fiche de pointage:

     à l'aide des feuilles intitulées « Classification des aliments en 4 groupes (feuille-support D) et « Aliments non inclus dans le Guide alimentaire canadien » (feuille-support E), l'élève cherche à quel groupe appartient chacun des aliments consommés et calcule le nombre de portions correspondant. Pour les mets composés, aider les élèves à les décomposer en faisant référence à la feuille-support F;

     certains aliments ne se retrouvent que dans la catégorie « Autres aliments » (feuille-support E). L'élève n'a qu'à inscrire dans la case appropriée le nombre de kilojoules correspondant.

   - Lorsque l'opération est terminée, l'élève fait la somme des portions pour chaque groupe puis multiplie les portions par le chiffre inscrit dans la case « Kj/portion » et fait le total avec le total en Kj des autres aliments.
   - Souligner aux élèves que la valeur obtenue n'est que l'image d'une journée et qu'ils possèdent un outil pour vérifier l'image d'une semaine s'ils le désirent.

3. Calculer les besoins énergétiques (approximatifs):

   Distribuer la feuille-support B

   - Les élèves doivent encercler le nombre de kilojoules qui correspond à leurs besoins énergétiques moyens et l'inscrire dans la case appropriée.
   - Souligner aux élèves que leurs besoins peuvent être plus élevés s'ils sont dans une période de croissance active, s'ils sont plus grands, très actifs ou s'ils ont un poids inférieur à la normale. Les besoins seront moindres s'ils sont très sédentaires.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - acquis de l'élève en regard des groupes alimentaires
  - compréhension du mode de calcul de l'apport énergétique
  - compréhension du mode de calcul des besoins énergétiques
  - compréhension de la notion d'équilibre entre « apport énergétique » et « besoins énergétiques »
- Mesure (comment):
  - analyse des productions (feuilles-supports)
  - questionnement oral sur les diverses notions présentées
  - analyse des propos et des interrogations de l'élève

5

DÉROULEMENT

4. Demander aux élèves de comparer le résultat de leur besoin énergétique et de leur apport énergétique.

5. Si l'apport calorique est supérieur au besoin énergétique, demander aux élèves d'identifier ce qu'ils pourraient faire pour rétablir l'équilibre (faire de l'exercice, diminuer les portions, etc.).

6. Demander aux élèves de vérifier si leur alimentation est équilibrée au point de vue nutritif en comparant le nombre de portions totales de chacun des groupes d'aliments (fiche de pointage, feuille-support C) avec les recommandations du Guide alimentaire canadien (feuille-support A).

	Quantités recommandées
Lait et produits laitiers	3 à 4 portions
Pains et céréales	3 à 5 portions
Fruits et légumes	4 à 5 portions
Viande, poisson, volaille et substituts	2 portions

7. Si le nombre de portions n'est pas respecté, demander aux élèves d'identifier quels aliments ils devraient ajouter à leur alimentation et quels aliments ils devraient retrancher.

Enrichissement:

- Enquêter sur la qualité nutritive des aliments offerts dans l'école (cafétéria, machine distributrice, etc.).
- Mise en action d'interventions pour la promotion d'une saine alimentation (publicité, vente de fruits, etc.).

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — habileté de l'élève à évaluer le degré d'équilibre de son alimentation et à ajuster ses habitudes alimentaires en fonction de son évaluation
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuille-support D)
  - — analyse des propos de l'élève lors de sa démarche

Guide alimentaire canadien

Mangez chaque jour des aliments choisis dans chacun de ces groupes

lait et
produits laitiers

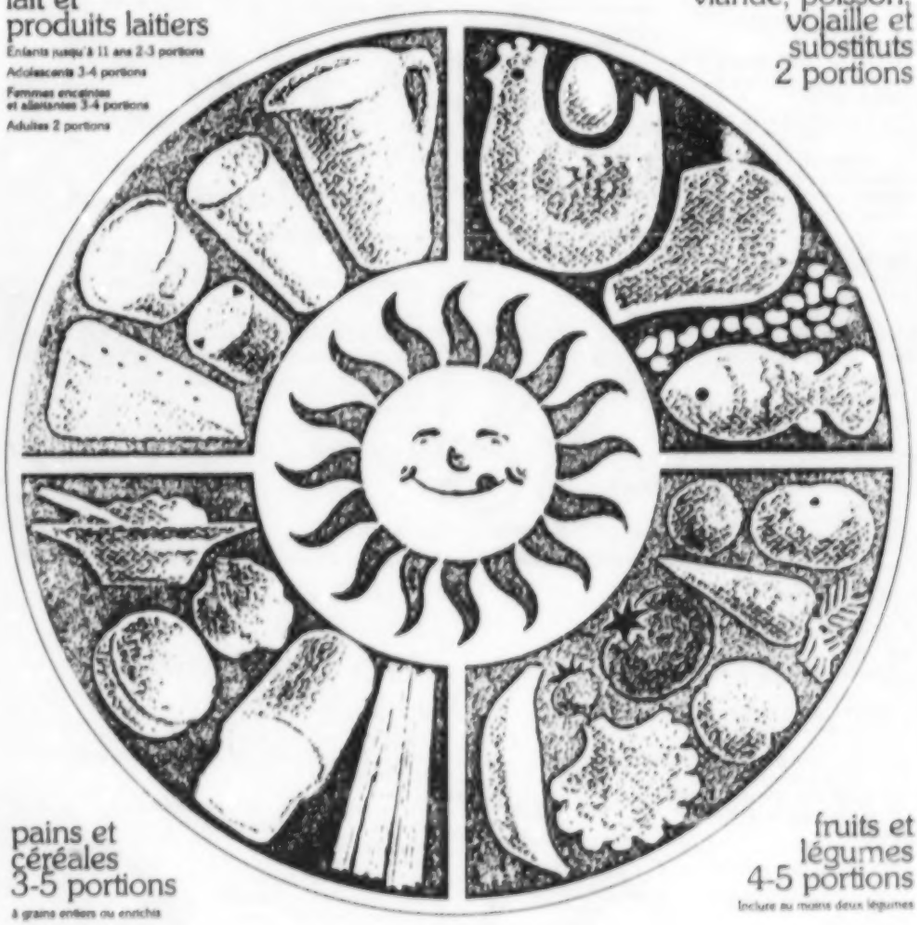
Enfants jusqu'à 11 ans 2-3 portions

Adolescents 3-4 portions

Femmes enceintes et allaitantes 3-4 portions

Adultes 2 portions

viande, poisson, volaille et substituts
2 portions



pains et
céréales
3-5 portions

à grains entiers ou enrichis

fruits et
légumes
4-5 portions

Inclure au moins deux légumes

Santé et Bien-être social Canada

Revenu et Impôt Canada

© Ministre des Approvisionnements et Services Canada 1982

Canada

Guide alimentaire canadien

Variété

Mangez des aliments choisis dans chacun des groupes, selon le nombre et la grosseur de portions recommandés dans le Guide.

Équilibre énergétique

Les besoins énergétiques varient selon l'âge, le sexe et le type d'activité. Vous pouvez conserver un poids idéal en maintenant l'équilibre entre l'énergie fournie par les aliments, et l'énergie dépensée par l'exercice physique. Les aliments recommandés dans le Guide fournissent entre 4000 et 6000 kJ (kilojoules) (entre 1000 et 1400 kilocalories). Pour un apport énergétique accru, augmentez le nombre et la grosseur de portions des aliments des différents groupes et/ou ajoutez d'autres aliments.

Modération

Choisissez de préférence des aliments qui contiennent peu de gras, de sucre et de sel et limitez la quantité de ceux-ci dans les préparations culinaires. Consommez de l'alcool en quantité modérée seulement.

lait et produits laitiers

Enfants jusqu'à 11 ans	**2-3 portions**
Adolescents	**3-4 portions**
Femmes enceintes et allaitantes	**3-4 portions**
Adultes	**2 portions**

Prendre du lait écrémé, partiellement écrémé ou entier, du lait de beurre, du lait en poudre ou évaporé, comme boisson ou comme ingrédient principal dans d'autres plats. On peut également remplacer le lait par du fromage.

Quelques exemples d'une portion

250 mL (1 tasse) de lait
175 mL (¾ tasse) de yogourt
45 g (1½ once) de fromage cheddar ou de fromage fondu

Les personnes qui consomment du lait non enrichi devraient prendre un supplément de vitamine D.

viande, poisson, volaille et substituts

2 portions

Quelques exemples d'une portion

60 à 90 g (2 à 3 onces) de viande maigre, de poisson, de volaille ou de foie, après cuisson
60 mL (4 c. à table) de beurre d'arachide
250 mL (1 tasse) de pois secs, de fèves sèches ou de lentilles, après cuisson
125 mL (½ tasse) de noix ou de graines
60 g (2 onces) de fromage cheddar
125 mL (½ tasse) de fromage cottage
2 œufs

pains et céréales

3-5 portions

à grains entiers ou enrichis. Choisir des produits à grains entiers de préférence.

Quelques exemples d'une portion

1 tranche de pain
125 mL (½ tasse) de céréales cuites
175 mL (¾ tasse) de céréales prêtes à servir
1 petit pain ou muffin
125 à 175 mL (½ à ¾ tasse) de riz, de macaroni, de spaghetti ou de nouilles, après cuisson
½ pain à hamburger ou pain à hot dog

fruits et légumes

4-5 portions

Inclure au moins deux légumes

Manger des légumes et des fruits variés — cuits, crus ou leur jus. Choisir des légumes jaunes, verts ou verts feuillus.

Quelques exemples d'une portion

125 mL (½ tasse) de légumes ou de fruits – frais, congelés ou en conserve
125 mL (½ tasse) de jus – frais, congelé ou en conserve
1 pomme de terre, carotte, tomate, pêche, pomme, orange ou banane, de grosseur moyenne

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.2.1)

Tableau: Besoins énergétiques moyens selon l'âge et le sexe pour les adolescents[1]

SEXE	ÂGE	POIDS kg	TAILLE cm	KILOJOULES
Garçons	10 — 12	34	141	10,400
	13 — 15	50	159	12,000
	16 — 18	62	172	13,390
	19 — 24	71	175	12,550
Filles	10 — 12	36	143	9,623
	13 — 15	48	157	9,205
	16 — 18	53	160	8,790
	19 — 24	58	160	8,790

Ce tableau te donne les besoins énergétiques recommandés. Toutefois, les besoins peuvent être plus élevés si tu es plus grand, très actif, en période de croissance ou si tu as un poids inférieur à ta taille. Ces chiffres sont donc une valeur moyenne qui te servira de guide.

Encercle sur le tableau ci-dessus, le nombre de kilojoules que tu devrais consommer approximativement.

Inscris-le dans l'espace suivant:

1. Source: chiffres inspirés de Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, *Apports nutritionnels recommandés pour les canadiens*, 1983, pp. 25-26.

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 5.2.1)

Relevé alimentaire d'une journée

Déjeuner: _____

Collation: _____

Dîner: _____

_____

_____

Collation: _____

Souper: _____

_____

_____

Collation: _____

Repas	GROUPES D'ALIMENTS					AUTRES ALIMENTS		
	Lait et produits laitiers (portion)	Viande, poisson, volaille et substituts (portion)	Légumes (portion)	Fruits (portion)	Pains et céréales (portion)	Identification	Total des portions	Kilojoules pour les portions totales
Déjeuner								
Collation A.M.								
Dîner								
Collation P.M.								
Souper								
Collation soirée								
Total des portions						TOTAL		
Kilojoules	X 627	X 877	X 35	X 167	X 292			
portions								Kj

GRAND TOTAL

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 5.2.1)

Exemples de portions d'aliments pour chacun des groupes[1]

LAIT ET PRODUITS LAITIERS

1 portion est environ:

- 250 ml de lait
- 375 ml de soupe à base de lait
- 250 ml de cossetarde
- 250 ml de pouding instant
- 250 ml de blanc-manger
- 200 ml de yogourt
- 250 ml de sauce blanche
- 2 boules de lait glacé (250 ml)
- 3 boules de crème glacée (375 ml)
- 45 gr de fromage (1 1/2 tranche)*
- 60 ml de fromage à tartiner*
- 375 ml de pouding au tapioca
- 500 ml de fromage Cottage à la crème*
- 375 ml de pouding au riz

PAINS ET CÉRÉALES

1 portion est environ:

- 1 tranche de pain
- 1 galette de sarrasin de 10 cm
- 1/2 pain hot dog ou hamburger
- 125 à 200 ml de pâtes alimentaires cuites
- 125 ml à 200 ml de riz cuit
- 1 muffin
- 125 ml de céréales cuites
- 200 ml de céréales prêtes à servir
- 1/2 gaufre
- 1 crêpe de 10 cm de diamètre
- 2 biscuits à la mélasse, biscuits à thé, au gingembre
- 4 biscuits soda
- 4 toasts melba
- 2 biscuits à la farine d'avoine
- 2 biscottes
- 60 ml de chapelure
- 1 tranche de gâteau non glacé à base de fruits ou de noix (1 tranche de 5 cm x 5 cm x 2.5 cm)

FRUITS ET LÉGUMES

1 portion est environ:

- 1 fruit moyen
- 1/2 pamplemousse
- 2 mandarines ou clémentines
- 125 ml de jus de fruit
- 125 ml de fruits congelés ou en conserve
- 2 tranches d'ananas
- 4 pruneaux frais
- 30 ml de raisins secs
- 4 dattes ou figues sèches
- 15 raisins frais
- 1 tranche de 2.5 cm de melon (melon coupé en 2 à l'achat)
- 1 pomme de terre moyenne
- 1 boule de pommes de terre pilées (125 ml)
- 125 ml de légumes cuits ou crus
- 1 bol de soupe aux légumes (250 ml)
- 125 ml de jus de légumes

VIANDE, POISSON, VOLAILLE ET SUBSTITUTS

Produits animaux

1 portion est environ de 90 grammes cuits:

- 1/2 kg cru divisé en 4 de poisson ou de viande
- 1 côtelette de porc ou de veau
- 3 tranches de jambon cuit à sandwich
- 3 saucisses
- 1 bout de boudin de 10 cm
- 3 tranches minces de foie
- 1 morceau de rôti (boeuf, porc, veau, jambon)
- 1/2 poitrine de poulet (d'environ 1 à 2 kg)
- 1 cuisse de poulet
- 1 morceau de dinde
- 90 gr de fromage à pâte dure (cheddar, brick, etc)*
- 120 gr de fromage à pâte molle (brie, camembert, etc...)*
- 90 ml de fromage à tartiner*
- 200 ml de sauce à la viande
- 250 ml de mollusques ou crustacés (crevettes, huîtres, etc...)
- 2 oeufs

Produits végétaux

1 portion est environ:

- 375 ml de fèves au lard
- 500 ml de lentilles
- 250 ml de pois cassés ou fèves soya cuites
- 375 ml de fèves de Lima cuites
- 2 bols de soupe aux pois (500 ml)
- 200 ml de graines de sésame ou de tournesol
- 125 à 200 ml d'arachides ou de noix
- 75 ml de beurre d'arachides

* Le fromage peut appartenir à deux groupes d'aliments (Lait et produits laitiers ou Viandes, poisson, volaille et substituts). Le placer à un endroit seulement mais dans le groupe de votre choix.

---

1. Source: Inspiré de LEPAGE, M.C., POITRAS, J., WARREN, M., *Activité sur: Alimentation, besoins énergétiques des adolescents, activité physique*, DSC du CHUL, CLSC Arthur Caux et Portneuf, janvier 1985, pp. 10-11.

FEUILLE-SUPPORT E

(fiche 5.2.1)

Aliments non inclus dans le Guide alimentaire canadien[1]

L'apport énergétique moyen est noté entre parenthèses.

Matières grasses ou lipides

Même si les matières grasses telles que le beurre, la margarine (vitamine A) et les huiles (vitamine E) contiennent des éléments nutritifs, ce sont majoritairement des sources de gras, donc d'énergie.

- Beurre, margarine, saindoux, graisse végétale, 5 ml (188 kjoules)
- Bacon, 1 tranche, (209 kjoules)
- Mayonnaise, huile d'arachide, huile de maïs, huile d'olive, 5 ml (175 kjoules)
- Crème 35 %, 15 ml (188 kjoules)
- Crème 15 %, 30 ml (188 kjoules)
- Crème 10 %, 40 ml (188 kjoules)
- Sauce BBQ et sauce brune, 30 ml (188 kjoules)
- Frites, 20 morceaux (1296 kjoules)
- Frites avec sauce, 20 morceaux (1818 kjoules)
- Croustilles, 10 moyennes (480 kjoules)

Sucres et glucides

- Sucre blanc, cassonade, 15 ml (190 kjoules)
- Gelée, confitures, mélasse, marmelade, sirop de table, sirop de maïs, 15 ml (240 kjoules)
- Miel, 15 ml (271 kjoules)
- Beurre de caramel, chocolat en poudre, 15 ml (150 kjoules)
- Fudge (30 g), bonbons durs (6), jujubes (24 à 30), sucre à la crème (30 g), (460 kjoules)
- Sucre d'érable, 1 morceau de 3.12 cxm x 2.5 cm x 3,75 cm (220 kjoules)
- Guimauves (6 à 8), tire (3 morceaux), (730 kjoules)
- Gomme à mâcher régulière, 2, (133 kjoules)
- Gélatine aromatisée aux fruits, 125 ml (290 kjoules)
- Popsicle, 1 (397 kjoules)
- Boissons gazeuses type Cola et Seven-Up, 250 ml (410 kjoules)
- Boissons gazeuses type Ginger Ale, 250 ml (292 kjoules)
- Boissons gazeuses type Kool-Aid, 250 ml (320 kjoules)
- Gâteau 2 étages, glacé, 1 tranche de 5 cm (1546 à 1860 kjoules)
- Tarte 1/8 de tarte de 22.5 cm de diamètre (1150 à 1440 kjoules)
- Beigne, 1 (522 kjoules)
- Éclair au chocolat, 1 (1315 kjoules)
- Biscuit sucré, 1 (209 kjoules)
- Bonbons diététiques, gomme à mâcher sans sucre: vérifier sur l'étiquette.

Boissons alcooliques

- Bière, 1, 360 ml (627 kjoules)
- Vin, 1 verre, 125 ml (420 à 680 kjoules)
- Spiritueux, 45 ml (438 kjoules)

Autres composantes d'un repas

- Ketchup, 30 ml (62 kjoules)
- Relish, 30 ml (75 kjoules)
- Moutarde, 30 ml (16 kjoules)
- Cornichons sucrés, 1, (125 kjoules)
- Cornichons « dill », 1, (62 kjoules)
- Sauce soya, 30 ml (33 kjoules)
- Bouillons boeuf au poulet, 1 cube, (20 kjoules)
- Vinaigre, 30 ml (8 kjoules)

---

1. Source: Inspiré de Lepage, M.C., Poitras, J., Warren, M. *Activité sur: Alimentation, besoins énergétiques des adolescents, activité physique*, D.S.C. du C.H.U.L., CLSC Arthur Caux et Portneuf, janvier 1985, pp. 12-13.

FEUILLE-SUPPORT F

(fiche 5.2.1)

Exemples de mets préparés avec des aliments de plusieurs Groupes:

METS	LAIT ET PRODUITS LAITIERS	PAINS ET CÉRÉALES	FRUITS ET LÉGUMES	VIANDE, POISSON, VOLAILLE ET SUBSTITUTS	AUTRES
Club sandwich	pain		tomates, salade	poulet	bacon, frites
Pizza	fromage	croûte	champignons, tomates, piment...	salami, pepperoni...	sauce à pizza
Spaghetti, sauce à la viande		spaghetti		sauce à la viande	
Frites sauce					frites, sauce
Sous-marin	fromage	pain à sous-marin	salade, tomates...	viandes froides	moutarde
Sous-marin libanais	fromage	pain Pita	salade, tomates, chou	viandes froides	moutarde
Hot-dog, relish et moutarde		pain hot dog		saucisse fumée	relish, moutarde
Hamburger, oignons crus et ketchup		pain hamburger	oignons	boeuf haché	ketchup
Macaroni au fromage	fromage	macaroni			
Boeuf aux légumes			carottes, navet, chou, oignons...	boeuf	
Macaroni aux tomates		macaroni	tomates		
Poutine	fromage				frites, sauce
Hot chiken (sandwich au poulet chaud)		pain	pois, salade de chou	poulet	sauce brune, frites

THÈME: Hygiène mentale
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « On improvise »

Fiche 5.4.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 4, page 80)

Illustrer l'importance d'être en relation harmonieuse avec la vie qui l'entoure.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

4.6 Constater le lien entre la recherche du bien-être psychique, ce qui se dégage des diverses problématiques et de la notion d'interaction des êtres humains et de leur milieu.

4.7 Indiquer les conditions nécessaires à l'établissement d'une relation harmonieuse avec l'environnement.

4.8 Relever dans sa vie quotidienne des situations qui exigent un ajustement et une adaptation à son environnement pour être bien dans sa peau.

4.9 Identifier des moyens d'action qui favorisent son harmonie avec la vie qui l'entoure.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Notions: d'harmonie, d'interaction, d'échange, d'attente, de satisfaction. Sentiments à l'égard des pressions de l'environnement
- Conditions:
  - connaissance de soi: besoins, désirs, attentes, possibilités et limites
  - connaissance des autres: ouverture aux problématiques des autres, à leurs attentes, besoins et possibilités
  - ajustement à l'environnement (définition)
  - adaptation à l'environnement (définition)
- Situations à l'école, dans sa famille, dans son groupe de pairs, etc.
- Moyens: être un agent de changement dans son environnement, changer chez lui des comportements ou des attitudes nuisibles à l'harmonie avec son environnement, etc.

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

4e année fiche 4.4.1 O.I.: 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.7, 4.9.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent, comme tout être humain, est en constante interaction avec son milieu et doit s'ajuster à son environnement. Cette adaptation ne se fait pas toujours sans conflit. L'adolescent est capable d'analyser son vécu, d'exprimer sa volonté et de tenter de répondre à ses besoins. Il est capable de réfléchir à ses insatisfactions et aux difficultés que comportent ses relations. Il lui est possible de s'approprier des moyens concrets pour répondre davantage à ses besoins et pour vivre de façon plus harmonieuse. Ceci n'exclut pas qu'il peut avoir besoin du support de l'adulte et de ses pairs.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant joue un rôle d'animateur et d'arbitre. Il voit à ce que les règles du jeu soient respectées. L'enseignant se préoccupe de relever les aspects importants exprimés lors des échanges et guide la réflexion sur les moyens d'action qui facilitent le mieux-être de l'adolescent qui vit des situations difficiles.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière scolaire, psychologique, travailleur social
- Montre chronomètre
- Cartons de couleurs (rouge, bleu jaune, vert) pour le vote
- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C (facultatif)

MISE EN SITUATION

- Au cours précédent, annoncer aux élèves qu'à la prochaine rencontre, ils feront un exercice d'improvisation.
- Distribuer la feuille-support A et expliquer les règles du jeu.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour l'activité
  - compréhension des consignes
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements
  - questionnement oral sur la compréhension de la feuille-support A

DÉROULEMENT

1. Diviser la clase en 4 équipes, assigner à chaque équipe une couleur et leur demander de se nommer un capitaine. Disposer les bureaux de telle sorte que la classe ressemble à une patinoire.

2. Rappeler les règlements à respecter et préciser que les participants échangent sur ce que leur font vivre les thèmes proposés et sur des moyens qu'ils peuvent utiliser pour aider à mieux vivre les situations que suggèrent des thèmes.

3. Annoncer la première improvisation et arbitrer le déroulement.

4. Effectuer un retour sur les improvisations en faisant ressortir les moyens proposés.

   Les retours peuvent être faits après chaque improvisation, après les improvisations les plus riches ou à la fin de toute l'activité.

Enrichissement:

- Faire vivre aux élèves une activité qui les intéresse et qui leur permet de se détendre (sortie à l'extérieur, danse, audition de musique, relaxation, etc.).
- Proposer aux élèves une démarche personnelle à l'aide de la feuille-support C. Dans une démarche subséquente, leur permettre d'évaluer le moyen qu'ils ont privilégié.
- Expérimenter avec les élèves une démarche de résolution de problème à partir d'une problématique que les jeunes vivent.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des moyens d'action favorisant le mieux-vivre
- Mesure (comment):
  - — analyse des improvisations

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension de l'importance d'être en harmonie avec la vie qui l'entoure
- Mesure (comment):
  - — appel à l'expression de l'élève sur les sentiments vécus lors de l'improvisation
  - — analyse des commentaires de l'élève

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.4.1)

Concours d'improvisation

Règles du jeu:

- Le jeu: Improviser sur un thème donné par l'arbitre en développant une idée.
- Formation des équipes: 4 équipes
  - Les Bleus
  - Les Jaunes
  - Les Rouges
  - Les Verts
- Durée des improvisations: 2 minutes maximum.
- Nombre de participants à chaque improvisation: 2 membres par équipe.
- Types d'improvisations:
  - mixte (2 équipes ensemble)
    ou
  - comparée (1 équipe à la suite de l'autre).
- Possibilités d'expression:
  - La parole
  - Les bruits
  - Le mime
  - Le chant
  - Etc.
- Tirage au sort du thème et du type d'improvisation par le capitaine d'une des équipes inactives.
- Temps accordé aux équipes pour se préparer avant le début de l'improvisation: 30 secondes.
- Fautes menant à la perte d'un point: (décision prise par l'arbitre)
  - Être vulgaire
  - Être hors sujet
  - Parler en même temps qu'un autre
- Points:
  - Victoire: 4 points
  - Nulle : 2 points
  - Défaite : 0 point

  (décision prise par l'arbitre et les deux équipes qui ne sont pas en jeu).
- Décompte des points: les capitaines des 2 équipes qui ne sont pas en jeu inscrivent les points au tableau.
- L'équipe gagnante: celle qui a obtenu le plus de points après déduction des pénalités.
- Choix des thèmes: tirés au hasard.
- Rencontres:

1. Bleus vs Jaunes	2 min. maximum
2. Rouges vs Verts	2 min. maximum
3. Bleus vs Verts	2 min. maximum
4. Rouges vs Jaunes	2 min. maximum
5. Verts vs Jaunes	2 min. maximum
6. Rouges vs Bleus	2 min. maximum

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.4.1)

Thèmes d'improvisation

Thème: Je viens de couler mon examen Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: J'ai pas d'argent Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: J'ai pas d'amis Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Mes parents n'aiment pas mon chum Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Du travail, y en a pas Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: J'ai peur de me faire battre par la gang Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Je lâche l'école Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Dis-y donc à ton chum Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Ça vaut pas la peine d'étudier Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: C'est-tu plate à soir Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: La dope, c'est tripant Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: J'sais pas à qui en parler Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Mes parents viennent de divorcer Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Je suis « down » aujourd'hui Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: T'es pas correct Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Je pense que je suis enceinte Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 5.4.1)

Thème: Ma vie, c'est un « bad trip » Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Mon prof. m'écoute pas Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Mon père me bat Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Je me sens tout seul Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)
Thème: Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)	Thème: Type : mixte _____ comparé _____ Temps: minute(s)

N.B.: L'enseignant aménage les improvisations selon le temps disponible.

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 5.4.1)

1. Relève une situation que tu vis présentement et qui, pour toi, est difficile à vivre:

2. Identifie des moyens d'action (moyens simples, concrets) que tu pourrais entreprendre pour qu'elle soit plus facile à vivre:

FEUILLE-SUPPORT C (suite)

(fiche 5.4.1)

Projet de changement

3. Que vas-tu faire concrètement pour que cette situation soit plus facile à vivre ? (choisis un des moyens identifiés au numéro 2 et reste réaliste!)

4. Quand vas-tu expérimenter ce moyen, et comment?

5. Quels sont les effets que tu en attends?

Si tu le désires, demande à quelqu'un qui t'est proche de t'épauler, de t'encourager dans ton action

THÈME: Outils dangereux
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « La sécurité et les armes à feu »

Fiche 5.8.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 8, page 85)

Exposer les points à considérer avant d'utiliser des armes à feu.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

8.1 Reconnaître que les armes à feu sont une des principales causes d'accidents chez les adolescents.

8.2 Donner la définition légale d'« arme à feu ».

8.3 Identifier les divers types d'armes correspondant à la définition légale d'« arme à feu ».

8.4 Identifier les personnes ayant droit de posséder une arme à feu et dans quelles circonstances.

8.5 Exposer ses droits et ses responsabilités concernant la possession et l'utilisation d'armes à feu.

8.6 Indiquer les circonstances augmentant les risque d'accidents par une arme à feu.

8.7 Identifier des moyens de réduire les risques d'accidents par une arme à feu.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Statistiques canadiennes sur le décès accidentel
- Définition
- Types d'armes à feu:
  - carabines
  - pistolets et revolvers
  - fusils
- Personnes:
  - policiers - militaires
  - autres personnes
- Circonstances:
  - protection civile, personnelle
  - protection des biens
  - chasse
- Droits et responsabilités selon:
  - code criminel
  - ignorance, inattention, négligence
- Moyens:
  - règles de sécurité

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: À cet âge, l'adolescent prend de plus en plus conscience de l'importance des institutions sociales permettant le bon fonctionnement de la société. Il comprend aussi que des lois sont nécessaires pour vivre en harmonie et éviter que la force, la peur et la brutalité ne viennent tout contrôler dans la société.

Rôle de l'enseignant: Durant cette activité, l'enseignant jouera un rôle de facilitateur et d'animateur.

Il sera organisateur lors de la rencontre avec le policier éducateur (facultative).

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Policier-éducateur
- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C
- Feuille-support D
- Feuille-support E
- Feuille-support F
- Feuille-support G

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Inviter les élèves à commenter la phrase suivante:

  « Les armes à feu sont une des principales causes d'accidents chez les adolescents. »

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - intérêt pour le thème et l'objectif proposés
  - acquis de l'élève en regard de l'utilisation des armes à feu
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et des comportements
  - analyse des commentaires exprimés

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves les feuilles-supports A, B, C, D, E et F.
2. Inviter les élèves à lire les textes.
3. Distribuer aux élèves la feuille-support G.
4. Inviter les élèves à répondre aux questions.
5. Former des équipes.

   Organiser un débat entre élèves sur une des questions posées

   ou

   visionner le film: **L'arme à feu au Canada: 400 ans d'histoire** disponible à l'Office National du Film.

Enrichissement:

Organiser une rencontre avec le policier éducateur pour discuter des droits et des responsabilités de chacun selon le code criminel et la loi provinciale.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance de la définition légale « d'armes à feu »
  - — connaissance des divers types d'armes à feu
  - — connaissance des personnes ayant droit de posséder une arme à feu
  - — connaissance des droits et des responsabilités concernant la possession et l'utilisation d'armes à feu
  - — connaissance des circonstances augmentatnt les risques d'accidents
  - — connaissance des moyens de réduire les risques d'accidents
- Mesure (comment):
  - — analyse des commentaires exprimés par l'élève
  - — analyse des productions (feuille-support G)

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — compréhension des points à considérer avant d'utiliser une arme à feu
- Mesure (comment):
  - — analyse des débats
  - — questionnement oral suite au visionnement du film

5

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.8.1)

Un peu d'histoire...

Aux premiers temps de l'exploration et de la colonisation du Canada, l'arme à feu était une nécessité pour les colons. Ils devaient chasser, protéger leurs récoltes et parfois défendre leur personne. Une présence militaire a assuré une bonne connaissance du fonctionnement des armes à feu durant deux cents ans. La modération dans l'utilisation de l'arme à feu caractérise l'époque de la colonisation vers l'Ouest. Afin d'assurer de bonnes relations entre les Indiens et les colons et de protéger le nouveau chemin de fer, les gendarmes à cheval précèdent les migrations.

Au fur et à mesure que le Canada passe d'une contrée sauvage à une nation en plein essor, l'usage réglementé et une utilisation modérée des fusils à canon long entrent dans les coutumes canadiennes.

En 1856, l'arme de poing qu'utilisent les militaires et les policiers joue un rôle différent, elle sert principalement au tir d'adresse.

En 1867, La Confédération adopte un code criminel.

En 1892, le gouvernement fédéral met sur pied le premier système national de réglementation. Ce règlement stipule que toute personne qui porte une arme de poing en dehors de son domicile ou de son lieu de travail sans avoir de permis, est passible d'amende.

Puis, avec le temps, les lois deviennent plus rigoureuses.

En 1934, toute personne qui détient des armes de poing doit en faire obligatoirement l'enregistrement et ce, indépendamment de l'endroit où on les garde.

En 1951, un registre central unique est créé. Tenu par le Commissaire de la Gendarmerie Royale du Canada, ce registre limite encore plus l'usage irréfléchi des armes à feu.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.8.1)

« Les armes à feu et la loi »

Le Code Criminel du Canada définit comme suit les armes à feu:

> « Toute arme munie de canon(s) pouvant tirer des projectiles, balles ou autres missiles et causer de graves blessures corporelles ou entraîner la mort d'un individu, y compris tout objet pouvant être adapté ou modifié pour servir d'arme à feu. »

La loi établit trois catégories d'armes à feu:

- Les carabines et les fusils de chasse;
- Les armes à autorisation restreinte: armes de poing et armes semi-automatiques à percussion centrale et munies d'un canon d'une longueur inférieure à 18 1/2 pouces;
- les armes prohibées, fusils de chasse et carabines à canon scié, et armes automatiques non enregistrées.

Toute personne qui désire acheter, emprunter ou échanger une carabine ou un fusil de chasse doit obtenir une autorisation d'acquisition d'armes à feu (AAAF).

Toute personne qui désire faire l'acquisition d'une arme à autorisation restreinte doit se procurer, en plus de l'AAAF, un certificat d'enregistrement.

Selon la loi canadienne, il est interdit:

- *d'obtenir une arme à feu sans une AAAF (autorisation d'acquisition d'armes à feu);*
- *de faire une fausse déclaration afin d'obtenir une autorisation, ou de modifier, maquiller ou falsifier un document d'autorisation;*
- *de vendre, donner ou prêter une arme à feu à une personne qui n'est pas titulaire d'une AAAF ou d'un permis pour mineurs;*
- *d'utiliser, porter, entreposer ou transporter une arme à feu d'une manière peu sûre ou d'omettre de signaler la perte ou le vol d'une arme à feu.*

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 5.8.1)

Autorisation d'acquisition d'armes à feu (AAAF)[1]

But

Instituée par le Parlement du Canada, l'AAAF permet de limiter l'accès aux armes à feu et de l'interdire aux personnes inaptes à en posséder. L'AAAF s'emploie uniquement pour l'acquisition d'une arme à feu. Elle n'est pas un permis de possession. En conséquence, on n'est pas obligé de la porter sur soi.

Cette autorisation permet l'acquisition d'un nombre indéterminé d'armes à feu, n'importe où au Canada et ce, pendant une période de cinq ans. L'AAAF n'est pas requise pour les armes que l'on possède déjà, ni pour l'achat de munitions. L'AAAF est gratuite pour ceux qui pratiquent la chasse et la trappe comme moyens de subsistance.

Critères

- Être âgé d'au moins 16 ans.
- Ne pas être sous le coup d'une interdiction de la cour de posséder des armes à feu.

On refusera d'émettre une AAAF à quiconque, au cours des cinq années précédentes, s'est vu condamné pour des crimes commis avec violence ou pour des infractions à la loi concernant les armes à feu, ou a souffert de troubles mentaux accompagnés de violence.

Un dossier judiciaire ne constitue pas nécessairement une cause de refus.

1. Inspiré de : Autorisation d'acquisition d'armes à feu, Le contrôle des armes à feu au Canada Solliciteur général Canada

FEUILLE-SUPPORT D

(fiche 5.8.1)

En plus d'une AAAF... un certificat d'enregistrement

Avant de pouvoir posséder une arme à autorisation restreinte, il faut obtenir un certificat d'enregistrement en plus de l'AAAF.

Ce certificat d'enregistrement permet à l'individu de conserver son arme à la maison ou à son lieu d'affaires. Le port d'une arme à autorisation restreinte exige également l'obtention d'un permis. L'enregistrement ne peut être obtenu que si l'arme:

- doit servir au tir à la cible;
- doit être utilisée dans l'exercice d'une profession ou d'une occupation légitime;
- doit servir à la protection de la vie;
- est destinée à faire partie d'une véritable collection d'armes à feu;
- constitue une antiquité ou un souvenir.

FEUILLE-SUPPORT E

(fiche 5.8.1)

Les moins de seize ans...

Afin d'utiliser des armes à feu, à l'exception d'armes à autorisation restreinte, les jeunes de moins de 16 ans peuvent obtenir des permis pour mineurs. Cette utilisation est également soumise aux lois provinciales.

Le permis autorise les mineurs à se servir d'une arme **sans surveillance** pour le tir à la cible, la chasse ou l'apprentissage du maniement des armes à feu.

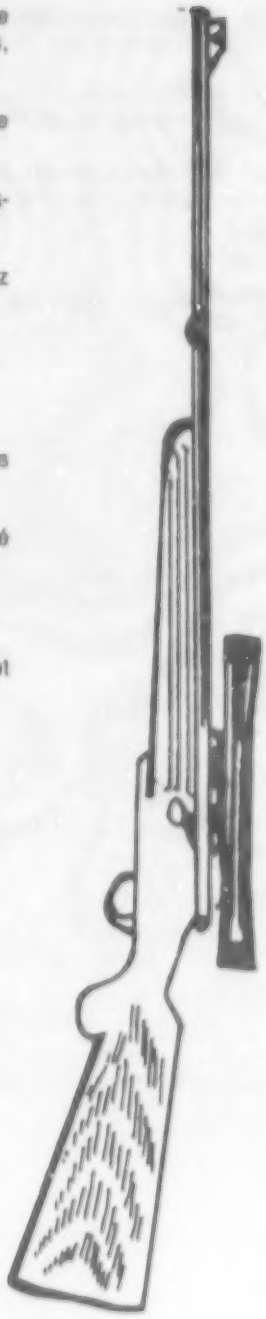
Les mineurs qui doivent pratiquer la chasse ou le piégeage afin de subvenir aux besoins de leur famille peuvent obtenir un permis grâce auquel ils pourront faire usage d'une arme sans surveillance.

FEUILLE-SUPPORT F

(fiche 5.8.1)

Dix règles à suivre pour utiliser les armes à feu en toute sûreté

1. Manipulez toujours une arme à feu comme si elle était chargée; ouvrez le mécanisme avant de tendre l'arme à une autre personne et assurez-vous, en recevant une arme, que ce mécanisme est ouvert.
2. Avant d'apporter une arme à votre chalet ou à la maison, assurez-vous que l'arme n'est pas chargée et qu'elle a été démontée.
3. Voyez à ce que le canon et le mécanisme ne soient gênés par aucun obstacle et que les munitions soient du bon calibre.
4. Assurez-vous que l'arme pointe dans la bonne direction lorsque vous portez une arme ou que vous la tendez à une autre personne.
5. Vérifiez votre cible avant d'appuyer sur la gâchette.
6. Ne visez jamais une cible sur laquelle vous ne voulez pas tirer.
7. Placez les armes et les munitions dans un endroit séparé et mettez-les sous clé. Ne rangez jamais une arme chargée.
8. Ne grimpez jamais à un arbre ou sur une clôture et ne sautez pas un fossé avec une arme à feu chargée.
9. Ne tirez jamais sur une surface plate et dure, ni sur une surface d'eau.
10. Évitez de tirer lorsque vous êtes fatigué. Ne consommez pas d'alcool avant ou pendant un exercice de tir.



FEUILLE-SUPPORT G

(fiche 5.8.1)

Questionnaire

1. Quels événements ont amené le gouvernement canadien à promulguer des lois concernant la possession et l'utilisation des armes à feu?

2. Pourquoi le gouvernement fédéral a-t-il uniformisé les lois concernant la possession et l'utilisation des armes à feu?

3. Quelles sont les circonstances augmentant les risques d'accident par une arme à feu?

4. Quels sont les moyens de réduire les risques d'accident par une arme à feu?

5. Quelles conséquences entrainent le non-respect des règles à suivre pour utiliser les armes à feu en toute sûreté?

THÈME: Drogues
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Le référendum »

Fiche 5.11.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 11, page 89)

Prendre des décisions éclairées à l'égard de la consommation de drogues.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

11.1 Se rappeler les notions étudiées précédemment sur les drogues.

11.2 Reconnaître que la consommation de drogues relève d'une décision strictement personnelle.

11.3 Reconnaître que la décision de prendre de la drogue a des conséquences pour l'avenir de sa vie personnelle.

11.4 Compléter ses connaissances sur les aspects légaux de la consommation de drogues.

11.5 Constater que la consommation de drogues entraîne des dépenses importantes.

11.6 Constater que la consommation de drogues peut handicaper la vie de ses proches.

11.7 Reconnaître les droits des non-consommateurs de drogues.

11.8 Indiquer les premiers bénéficiaires de la consommation de drogues.

11.9 Indiquer des activités procurant certaines des satisfactions de la drogue sans pour autant en avoir les inconvénients.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

Notions sur les drogues:
— cf. O.T.6, primaire 2e cycle
— cf. O.T.7, second. 1er cycle

- Décision personnelle: notion de responsabilité de ses décisions et de ses actes.
- Conséquences: sur le plan physique, sur le plan psychologique, sur le plan professionnel et sur le plan social.
- Aspects légaux: code criminel, jurisprudence, loi sur les jeunes contrevenants, loi sur la protection de la jeunesse.
- Dépenses: coût élevé des diverses drogues.
  — Conséquences du besoin incessant d'argent: vol, prostitution, etc.
- Handicap: sur le plan relationnel, sur le plan financier, sur le plan social, sur le plan de la santé.
- Notions de liberté et de droits individuels.
- Bénéficiaires: industrie de la cigarette, de l'alcool, trafiquants de drogue, organisations criminelles.
- Autres possibilités: activités de détente, activités sportives, défis sociaux divers, relations humaines, etc.

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année fiche 3.11.1 O.I.: 11.1 à 11.5

4e année fiche 4.11.4 O.I.: 11.1 à 11.8

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: L'adolescent de cet âge est un peu moins influençable face à ses pairs et davantage capable de défendre ses propres idées. Le choix qu'il fait face à la drogue est plus personnel. On remarque une hausse de la consommation d'alcool par rapport à la consommation des drogues illégales. La majorité des adolescents adoptent un comportement semblable à celui des adultes et consomment occasionnellement lors des rencontres sociales.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant devra d'abord s'assurer que les élèves ont reçu l'information sur les drogues au cours des années précédentes. Pendant l'activité, il jouera un rôle d'animateur et motivera les élèves à participer activement aux échanges.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Bulletin de vote
- Brochure: « Les drogues, des choix à faire » (contenu pour l'enseignant). Voir bibliographie.

MISE EN SITUATION

- Inviter les élèves à imaginer la situation suivante: le gouvernement a décidé de tenir un référendum auprès de la population sur la légalisation de la mari et du haschich. Tu es un citoyen et tu as à te prononcer sur cette question.

  Es-tu pour ou contre la légalisation de la mari et du haschich?

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour le sujet présenté
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des comportements de l'élève

DÉROULEMENT

1. Allouer 5 minutes de réflexion individuelle et demander aux élèves d'écrire au moins 5 des raisons qui motivent leur prise de position.

2. Animer un échange où les élèves donnent leur point de vue comme citoyen et expriment les raisons qui motivent leur choix.

3. Inscrire le choix des élèves au tableau et faire une synthèse des raisons évoquées.

4. Demander à l'élève d'imaginer qu'il est maintenant Juge de la Cour Suprême et qu'il doit prendre position face au débat.

   Distribuer un bulletin de vote secret et demander à l'élève d'y inscrire, à la lumière des discussions, son choix ainsi que la principale raison qui a orienté ce choix.

5. Compter les votes selon les choix des élèves et dévoiler les résultats du scrutin.

6. Dégager les principales raisons exprimées par les élèves.

7. Amener l'élève à constater que face à la consommation de drogues, il est en quelque sorte citoyen et juge et qu'il est important, dans l'analyse d'une situation, de tenir compte de tous les aspects possibles.

8. Conclure l'activité en invitant les élèves à nommer des activités qui procurent certaines des satisfactions de la drogue sans pour autant en avoir les inconvénients.

   Les inviter à laisser aller leur imagination et à exprimer ce qui leur vient spontanément à l'esprit et qui pourrait leur permettre de « tripper au naturel ».

Enrichissement:

- Visionner le film **L'émotion dissonante** (voir bibliographie) et animer un échange.
- Distribuer la brochure **Les jeunes et l'alcool** (voir bibliographie) et animer un échange.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — connaissance des conséquences de la consommation de drogues sur sa vie personnelle
  - — connaissance des aspects légaux de la consommation de drogues
  - — connaissance des premiers bénéficiaires de la consommation de drogues
- Mesure (comment):
  - — analyse des propos de l'élève (étape 2)
  - — analyse des raisons exprimées par l'élève (étape 6)
  - — questionnement oral

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - — intégration des réflexions effectuées tout au long de l'activité
- Mesure (comment):
  - — analyse des alternatives à la drogue présentées par l'élève

5

THÈME: Les loisirs
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Les loisirs, c'est important! »

Fiche 5.13.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 13, page 91)

Estimer l'importance que devrait avoir le loisir dans sa vie.

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

13.1 Dégager les besoins auxquels le travail et les obligations de la vie quotidienne ne permettent pas de répondre complètement.

13.2 Discuter avec ses pairs de l'importance des besoins indiqués précédemment.

13.3 Nommer les conséquences de la non-satisfaction de ces besoins.

13.4 Indiquer le temps qu'il aimerait consacrer à ses loisirs actuellement et lorsqu'il entrera sur le marché du travail.

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Exemples de besoins possibles:
  — faire des choses qui nous intéressent, faire des choses nouvelles, détente personnelle, créativité, santé, liens de camaraderie, liberté d'action, fonctionner à son rythme, faire des tentatives sans être pénalisé outre mesure, relations sociales, la fantaisie, etc.
- Conséquences possibles:
  — maladies diverses, ennui, dépression, fatigue excessive, tension, stagnation personnelle, agressivité, absence de communications enrichissantes avec les autres
  — toxicomanie, etc.
- Temps consacré aux loisirs:
  — estimation idéale
  — estimation pessimiste

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les loisirs chez l'adolescent de cet âge s'apparentent à ceux des adultes. Il ne veut pas et, très souvent, ne peut pas tenir compte des contraintes de la réalité quotidienne. La rêverie et l'imagination viennent contrer la réalisation de ses projets parce que l'idée l'emporte encore sur la réalisation. Il envisage souvent des expériences en dehors de son pouvoir immédiat.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant fera prendre conscience à l'élève que certaines obligations et certaines contraintes scolaires, familiales, son environnement et le temps dont il dispose, ne lui permettent pas toujours de satisfaire ses besoins de loisirs aussi souvent qu'il le désire.

L'enseignant aidera l'élève à élaborer une répartition quotidienne de son temps lui permettant de satisfaire des besoins de loisirs. Cette habitude lui servira lorsqu'il sera sur le marché du travail.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C

MISE EN SITUATION

- Présenter aux élèves le thème et l'objectif de l'activité.
- Distribuer aux élèves la feuille-support A.
- Demander aux élèves de compléter les énoncés à l'aide des histogrammes.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt pour le thème et l'objectif présenté
  — compréhension des consignes (feuille-support A)
- Mesure (comment):
  — observation des attitudes et des réactions
  — analyse des propos et des interrogations de l'élève

DÉROULEMENT

1. Distribuer aux élèves la feuille-support B.
2. Demander aux élèves d'inscrire les diverses obligations qu'ils ont à rencontrer ainsi que les activités de loisir qu'ils pratiquent durant une période d'une semaine.
3. Distribuer aux élèves la feuille-support C.
4. Inviter les élèves à compléter les énoncés.
5. Discuter avec les élèves de l'importance que devrait avoir le loisir dans sa vie:
   - comme étudiant;
   - lorsqu'il sera sur le marché du travail.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - — habileté de l'élève à identifier ses besoins
  - — connaissance des conséquences de la non-satisfaction de ses besoins
- Mesure (comment):
  - — analyse des productions (feuilles-supports B, C)
  - — analyse des propos de l'élève

Action unifiante

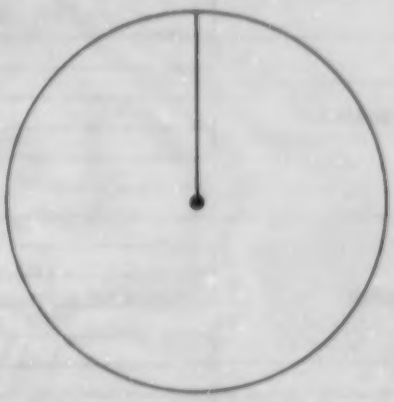
- Objet d'évaluation:
  - — importance qu'accorde l'élève aux loisirs dans sa vie actuelle et future
- Mesure (comment):
  - analyse des discussions

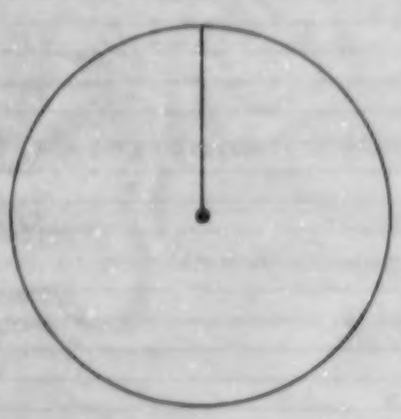
5

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.13.1)

Répartition quotidienne de mon temps de travail, de loisir, de repos.





Répartition quotidienne idéales de mon temps de travail, de loisir, de repos.

Répartition quotidienne idéale de mon temps de travail, de loisir, de repos, lorsque je serai sur le marché du travail.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.13.1)

	Mes obligations	Mes activités
Dimanche		
Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		

FEUILLE-SUPPORT C

(fiche 5.13.1)

Énonce des besoins que tu peux satisfaire à travers tes obligations:

_____

_____

_____

Énonce des besoins que tu peux satisfaire à travers tes activités de loisir:

_____

_____

_____

Nomme des conséquences de la non-satisfaction de tes besoins:

_____

_____

_____

« Le loisir est un élément majeur pour mon développement personnel, culturel et social. »

THÈME: Premiers soins
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Info-secours, bonjour! »*

Fiche 5.14.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 14, page 92)

Donner les premiers soins concernant les blessures les plus courantes.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

14.1 Nommer les blessures les plus courantes dont peuvent être victimes les personnes de son entourage.*
14.2 Indiquer la première décision que doit prendre le secouriste en situation d'urgence.*
14.3 Décrire pour chacune des blessures mentionnées plus haut le comportement à adopter.*
14.4 Indiquer les responsabilités du secouriste qui donne les premiers soins à un blessé.*
14.14 Identifier les raisons d'appliquer des bandages.*
14.15 Appliquer correctement les bandages.*
14.16 Montrer diverses méthodes sécuritaires et pertinentes de transporter un blessé.*
14.17 Indiquer l'attitude que doit adopter le secouriste à l'égard d'un blessé.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Exemples de blessures à l'école, à la maison, lors des activités de loisir:
  — brûlure, fracture, asphyxie, hémorragie, engelures, etc.
- Décision:
  — d'abord secourir la victime ou demander du secours
- Comportement:
  — pour chacune des blessures
- Responsabilités:
  — évaluer la situation
  — donner les soins requis
  — alerter ou assurer le transport
- Bandages et méthodes de transport (cf. documents produits par la Croix-Rouge, l'Ambulance St-Jean...
- Attitude:
  — veiller au calme du blessé
  — le rassurer

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

3e année
O.I.: 14.2, 14.4, 14.5, 14.6, 14.13, 14.17

4e année
O.I.: 14.2, 14.4, 14.7, 14.8, 14.9, 14.10, 14.11, 14.12, 14.17

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les sujets traités dans cette activité ont déjà été abordés au cours des autres années du secondaire. Il est cependant important de revenir sur le sujet afin que les adolescents intègrent davantage les principes à respecter et les gestes à poser. Les adolescents de cet âge auraient tout avantage à approfondir le sujet en s'inscrivant à des cours de secourisme.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle de facilitateur. Il pourrait inviter une personne-ressource à collaborer à la réalisation de l'activité. Étant donné que le temps consacré à l'ensemble des sujets concernant les premiers soins est minime dans le cadre du programme, il pourrait motiver les adolescents à approfondir leurs connaissances par le biais d'un cours de secourisme.

Dans le cadre d'une autre activité, l'enseignant pourrait inviter une personne-ressource à faire la démonstration des techniques de transport ainsi que de l'application des bandages.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Infirmière, personnel de la Croix-Rouge, de l'Ambulance St-Jean ou d'autres organismes
- Documentation sur les premiers soins
  Ex.: — Guide d'activités de la CSST — Le livre « Secourisme » de la Croix-Rouge (voir bibliographie)
- Feuille-support A

MISE EN SITUATION

- Demander aux élèves d'imaginer qu'ils sont responsables d'un service d'aide téléphonique dont le mandat est d'aider les gens aux prises avec une urgence et qui ne savent pas quoi faire.

ÉVALUATION

* Ces objectifs sont traités de façon plus approfondie dans le Guide d'activités produit par la Commission de santé et de sécurité du travail du Québec, activités 5.14.1. à 5.14.4.

DÉROULEMENT

1. Distribuer la feuille-support A et demander aux élèves de lire le résumé des appels reçus dans la journée.

   Avant d'inviter les élèves à réagir aux situations proposées, revenir sur les grands principes suivants:

   - responsabilités du secouriste;
   - décisions à prendre lors d'une urgence;
   - schéma général d'intervention;
   - attitudes avec le blessé;
     (cf. feuille-support B, fiche 1.11.1)

2. Demander ensuite aux élèves d'inscrire individuellement ce qu'ils répondraient aux interlocuteurs téléphoniques, selon les situations décrites

   ou

   diviser la classe en équipes et partager les sujets entre les équipes. Allouer environ 10 minutes.

3. Pour chaque situation, faire une mise en commun des réponses des élèves, rectifier et/ou compléter s'il y a lieu.

Enrichissement:

- Préparation de scénarios de dialogue entre la personne responsable du service et celle qui téléphone et présentation de chacun des scénarios devant la classe.
- Montage d'un vidéo à partir des scénarios préparés.
- Concours du style « Génie en herbe » sur le thème des premiers secours.
- Fabrication d'un petit manuel de secourisme pour les élèves de la fin du primaire ou du premier cycle du secondaire.
- Activité du guide réalisé par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec.
- Cours de secourisme pour les parents et les élèves intéressés.

N.B. Pour vous aider à donner l'information, vous référer à la section « Personnes-ressources et matériel ».

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — intérêt de l'élève pour l'activité
- Mesure (comment):
  — observation des réactions face à l'activité proposée

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  — rappel des notions de base concernant les blessures courantes, les décisions et les comportements d'un secouriste, les bandages, le transport d'un blessé
  — intérêt de l'élève pour l'activité
- Mesure (comment):
  — questionnement oral
  — observation des attitudes et des comportements
  — analyse des réponses données

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  — connaissances générales nécessaires
  — capacité, aplomb et attitude d'un secouriste
- Mesure (comment):
  — questionnement oral
  — analyse des comportements suggérés

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.14.1)

Info-Secours, bonjour!

1er appel: « Mon fils a reçu un éclat de verre dans l'oeil. Est-ce que je dois l'enlever? »

2e appel: « Ma petite soeur vient de faire une chute à bicyclette. Sa jambe est toute croche. Qu'est-ce je fais? »

3e appel: « Mon voisin a reçu des gouttes d'un produit chimique dans l'oeil. Qu'est-ce que je peux faire? »

4e appel: Mon mari s'est coupé avec une scie dans son atelier. Son bras saigne beaucoup. Qu'est-ce que je fais? »

FEUILLE-SUPPORT A (suite)

(fiche 5.14.1)

5e appel: « Un de mes enfants dont j'ai la garde vient de renverser un café brûlant sur lui. Qu'est-ce qu'il faut faire? »

6e appel: « Ma fille revient d'une sortie à l'extérieur; elle a le gros orteil gelé. Dois-je le lui mettre dans l'eau chaude?

7e appel: « Ma grand-mère s'est étouffée avec un morceau de nourriture. Elle a de plus en plus de difficulté à respirer. Qu'est-ce que je peux faire pour l'aider? »

8e appel: « Un accident vient de se produire au coin de ma rue. Un des blessés est inconscient. J'ai appelé une ambulance mais que puis-je faire en attendant? »

THÈME: Santé et sécurité en milieu de travail
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « La Loi sur la santé et la sécurité du travail »*

Fiche 5.16.1

OBJECTIF TERMINAL (n° 16, page 95)

Décrire sommairement les droits, les responsabilités et les ressources concernant la protection des travailleurs.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

16.1 Indiquer les aspects à considérer pour assurer la santé et la sécurité des travailleurs.*

16.2 Indiquer les divers responsables de la santé et de la sécurité des travailleurs.*

16.3 Décrire sommairement les responsabilités générales de chacun des responsables de la santé et de la sécurité des travailleurs.*

16.4 Indiquer sommairement les droits du travailleur dans le domaine de la santé et de la sécurité.*

16.5 Nommer les ressource mise à la disposition des travailleurs.*

16.6 Indiquer les sources d'information lui permettant de compléter sa connaissance des problèmes de la santé et de la sécurité au travail.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

- Application du concept de santé au domaine du travail
- Droits et responsabilités (obligations) des principaux intervenants
- Principe directeur de la loi sur la santé et la sécurité du travail
- Ressources sur place

Année 5e

Temps 60 min.

Relation avec les autres O.I.

5e année fiche 5.16.2
O.I.: 16.3, 16.4, 16.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves de cinquième secondaire ont peu de notion des problèmes de santé et de sécurité du travail. Ils connaissent peu la loi sur la santé et la sécurité au travail. Le monde du travail leur est étranger. Ils n'y ont jamais vécu. Leur univers, c'est la famille, l'école, les amis.

Rôle de l'enseignant: Dans cette activité, l'enseignant jouera surtout un rôle de facilitateur en permettant aux élèves de comprendre les grandes lignes de la loi et, plus particulièrement le principe directeur qui régit cette loi. Il ne s'agit pas ici de faire une étude approfondie de cette loi très importante.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Dépliants et brochures de la CSST
- Loi sur la santé et la sécurité du travail, Éditeur officiel

MISE EN SITUATION

- L'enseignant rappelle les grands éléments du concept de santé développé dans ce programme et fait le lien avec la loi sur la santé et la sécurité du travail.
- Il donne quelques exemples et demande à quelques élèves d'appliquer le concept.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  — capacité de rappeler les principaux éléments du concept santé-sécurité
  — capacité de situer globalement la loi dans la problématique santé du programme
- Mesure (comment):
  — questionnement oral

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec, activité 5.16.1.

DÉROULEMENT

1. Suite à cette première prise de contact avec la problématique de la santé et de la sécurité du travail, l'enseignant amène les élèves à dégager les éléments principaux de la loi en leur demandant de bien lire individuellement la feuille-support A et de dégager:
   - l'objet de la loi;
   - le principe directeur;
   - les participants, les intervenants, leurs responsabilités et leurs droits;
   - les mécanismes permettant d'atteindre l'objectif général.
2. L'enseignant ramène les élèves en grand groupe, dégage les principaux éléments de la loi et répond à leurs questions.
3. L'enseignant distribue la feuille-support B, demande à chaque élève de la lire et de l'aider à remettre de l'ordre dans les énoncés. Il répond aux questions des élèves et les invite à consulter le texte de loi s'ils veulent aller plus loin dans leur compréhension de la loi.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - identification des principaux point de la loi
  - points obscurs
  - intérêt pour le sujet
- Mesure (comment):
  - analyse des propos des élèves lors du travail en grand groupe
  - observation des attitudes des élèves lors du travail individuel
  - questionnement oral sur la compréhensioin des points abordés

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - intégration des principaux éléments de connaissance et du principe directeur de la loi
- Mesure (comment):
  - analyse de la capacité de bien situer les différents énoncés et d'avoir une vision globale de la loi.

5

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.16.1)

Tu travailleras bientôt ou tu travailles peut-être déjà à temps partiel dans un magasin ou dans une station-service. Tu sais peut-être qu'il y a une loi provinciale prévoyant des mécanismes pour éviter que tu ne sois victime d'un accident ou d'une maladie professionnelle. Peut-être aussi tu ne le sais-tu pas. Attention! il ne s'agit pas d'une loi qui te protège une fois qu'il y a eu un accident. Il s'agit ici d'une loi qui cherche à prévenir les accidents et les maladies professionnelles, une loi qui veut faire en sorte que les dangers soient éliminés à la source.

Qui peut faire ce travail

Les travailleurs et les employeurs peuvent et doivent travailler à l'élimination des dangers à la source. Ils sont les principaux acteurs: ce sont eux qui sont sur le chantier, au travail, directement là où sont les sources de danger et ce sont souvent eux qui sont le plus en mesure de les voir et de les éliminer.

Cependant, même si les travailleurs et les employeurs sont les principaux acteurs, ils ne peuvent pas tout connaître des dangers; ils n'ont pas non plus à leur disposition toutes les ressources pour faire un tel travail. Ils ont besoin de support et d'aide. C'est à ce moment-là que de nombreux autres acteurs entrent en scène.

Le texte qui suit te donnera une bonne idée de la loi et t'aidera peut-être à mieux participer à la réalisation de ce grand objectif lorsque tu seras sur le marché du travail.

Synthèse des points importants à considérer dans la loi sur la Santé et la Sécurité du travail.

- **Objet de la loi:** l'élimination à la source même des dangers pour la santé, la sécurité et l'intégrité physique des travailleurs.
- **Le principe directeur:** impliquer ceux qui sont le plus concernés et qui sont davantage en mesure d'agir directement pour promouvoir et assumer l'élimination à la source des dangers, soient le travailleur et l'employeur.
- **Les participants:** ceux qui participent activement et directement à l'élimination des dangers à la source.

- le travailleur et/ou son association accréditée (association reconnue comme représentant l'ensemble ou un des groupes de salariés de l'employeur)
- l'employeur

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.16.1)

En te référant à la feuille-support A, complète et corrige les énoncés suivants:

1. La santé et la sécurité des travailleurs sont des choses trop sérieuses pour les laisser entre les mains des travailleurs. C'est l'affaire des spécialistes et du gouvernement.

2. La loi sur la santé et la sécurité du travail indemnise suffisamment les travailleurs victimes d'accidents. Un travailleur peut même recevoir 100% de son salaire pour la première journée de travail manquée.

3. La _____ _____ aide financièrement les organismes voués à la prévention des accidents et des maladies professionnelles.

4. L'objet de la loi sur la santé et la sécurité du travail est de _____

   _____

5. Le droit de refus est un droit de l'employeur. Il vise à permettre à l'employeur de ne pas embaucher des jeunes aux cheveux longs.

6. Le droit _____ est un droit de la femme enceinte ou allaitant un enfant.

7. La CSST est _____

   et ses rôles sont _____

   _____

   _____

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 5.16.1)

LE TRAVAILLEUR

RESPONSABILITÉS (obligations)

- connaître le programme de prévention qui lui est applicable
- protéger sa santé, sa sécurité et son intégrité physique
- ne pas mettre en danger la santé et la sécurité des autres
- se soumettre aux examens de santé
- participer à l'identification et à l'élimination des risques
- collaborer avec le comité de santé-sécurité

DROITS

- à des conditions de travail sûres
- à une formation, un entraînement et une supervision appropriés à son travail
- aux services de santé préventifs et curatifs
- au refus de travailler dans une situation manifestement dangereuse
- au retrait préventif (travailleuse enceinte ou allaitant un enfant)
- d'être réputé être au travail pendant:
  - — un examen de santé
  - — un arrêt de travail dû à l'exercice du droit de refus
  - — une suspension ou une fermeture ordonnée par un inspecteur

L'EMPLOYEUR

RESPONSABILITÉS (obligations)

- aviser des accidents et incidents qui surviennent dans l'établissement (décès, blessures, dommages importants) afin de permettre une enquête
- respecter pour l'exécution de certains travaux les règlements prévus à cet effet
- prendre les mesures nécessaires pour protéger la santé et assurer la sécurité et l'intégrité des travailleurs
- dresser un registre des caractéristiques des postes de travail et du travail exécuté afin d'aider à l'élaboration d'un plan de prévention
- établir (avec ses partenaires) et appliquer un programme de prévention.

DROITS

- à des services de formation et d'information en matière de santé et de sécurité du travail.

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 5.16.1)

Commission de la Santé et de la Sécurité au travail

La CSST: organisme institué par la loi sur la santé et la sécurité du travail, chargé de l'application de cette même loi.

Ses rôles sont:

- établir les priorités d'intervention dans le domaine de la santé et de la sécurité du travail;
- identifier les priorités de recherche;
- accorder son concours technique et son aide financière aux mécanismes de participation établis par la loi (DSC, associations de travailleurs, associations d'employeurs, association sectorielles);
- assurer la formation et l'information des travailleurs et de la population en général, et appuyer financièrement les organismes voués à cette tâche;
- s'assurer que la loi et les règlements sont respectés en faisant les inspections qui s'imposent;
- enquêter, si nécessaire, à la suite d'un accident grave, de plaintes ou d'un refus de travail;
- établir et percevoir les cotisations des employeurs.

N.B. La CSST est également chargée de la mise en application de la loi sur les accidents de travail et les maladies professionnelles.

Elle est alors responsables:

- d'indemniser les victimes d'accidents du travail ou de maladies professionnelles,
- de les soutenir afin qu'elles retrouvent la santé et retournent au travail.

FEUILLE-SUPPORT B (suite)

(fiche 5.16.1)

Réponses pour le questionnaire de la feuille-support C

1. Faux. Voir principe directeur.
2. Faux. Il s'agit de la loi sur les accidents de travail et les maladies professionnelles.
3. La CSST.
4. Éliminer à la source les dangers d'atteinte à la santé et à la sécurité des travailleurs.
5. Faux. C'est un droit du travailleur qu'il peut exercer lorsqu'il juge le travail dangereux pour sa santé et sa sécurité.
6. Retrait préventif.
7. Voir section « Personnes et organismes ressources ».

THÈME: Santé en milieu de travail
TITRE DE L'ACTIVITÉ: « Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles »*

Fiche 5.16.2

OBJECTIF TERMINAL (n° 16, page 95)

Décrire sommairement les droits, les responsabilités et les ressources concernant la protection des travailleurs.*

OBJECTIF(S) INTERMÉDIAIRE(S)

16.3 Décrire sommairement les responsabilités générales de chacun des responsables de la santé et de la sécurité des travailleurs.*

16.4 Indiquer sommairement les droits des travailleurs dans le domaine de la santé et de la sécurité.*

ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

Droits et responsabilités en ce qui concerne les accidents de travail et les maladies professionnelles.

Année
5e

Temps
60 min.

Relation avec les autres O.I.

1ère année fiche 5.16.1 O.I.: 16.1, 16.2, 16.3, 16.4, 16.5, 16.6

NOTES PÉDAGOGIQUES

Portrait de l'adolescent: Les élèves de cinquième secondaire vont entrer sur le marché du travail dans quelques mois ou quelques années. Certains travaillent déjà à temps partiel le soir ou les fins de semaine. Ils risquent, selon leur travail, de subir des accidents ou de contracter des maladies professionnelles. Que savent-ils de leurs droits et responsabilités en ce domaine? Que savent-ils des responsabilités de l'employeur? Rien non plus.

Rôle de l'enseignant: L'enseignant jouera un rôle de facilitateur. Suite à une prise de conscience du manque d'information par les élèves, il leur facilite la compréhension des grandes lignes de la loi.

PERSONNES-RESSOURCES ET MATÉRIEL

- Feuille-support A
- Feuille-support B
- Feuille-support C

MISE EN SITUATION

- L'enseignant demande aux élèves s'ils connaissent la loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles et les invite à se prononcer sur la pertinence de savoir ce qui se passerait s'ils avaient eux-mêmes un accident du travail ou une maladie professionnelle.

ÉVALUATION

Question-problème

- Objet d'évaluation:
  - connaissance de la loi et conscience de l'importance de la loi
  - intérêt pour le sujet
- Mesure (comment):
  - observation des attitudes et questionnement oral

* Ces objectifs sont traités dans le Guide d'activités produit par la Commission de la santé et de la sécurité du Québec, activité 5.16.2.

DÉROULEMENT

1. L'enseignant raconte le fait vécu qu'il trouvera dans la feuille-support A ou un autre fait.

   À partir de ce fait, l'enseignant demande aux élèves d'émettre des hypothèses quant aux droits et responsabilités du jeune travailleur aux prises avec ce genre de problèmes (voir feuille-support B).

2. Suite à cet échange d'information, l'enseignant demande aux élèves s'ils connaissent la partie de la loi qui concerne la responsabilité de l'employeur lorsqu'un de ses employés a eu un accident du travail ou une maladie professionnelle. Il recueille les informations et les complète à l'aide de la feuille-support C.

3. L'enseignant aborde enfin l'aspect « paperasse » de la question. Il présente les formulaires:

   - l'attestation médicale à présenter au médecin;
   - l'avis de l'employeur et la demande de remboursement que l'employeur remplit et fait signer par l'employé ou son représentant;
   - la réclamation du travailleur.

4. L'enseignant rappelle les points abordés: droits et responsabilités des travailleurs et des employeurs et les formulaires utilisés.

NOTE: Pour obtenir le formulaire de la CSST, vous pouvez vous adresser à votre direction régionale.

OBSERVATIONS

ÉVALUATION

Exploration-découverte

- Objet d'évaluation:
  - connaissances relatives aux droits et responsabilités des travailleurs et des employeurs
  - compréhension des points importants des formulaires
- Mesure (comment):
  - questionnement oral portant sur les points importants contenus dans les différentes feuilles-supports

Action unifiante

- Objet d'évaluation:
  - capacité de se rappeler les points importants de la loi
- Mesure (comment):
  - questionnement oral

5

FEUILLE-SUPPORT A

(fiche 5.16.2)

Un jeune étudiant travaille le soir et les fins de semaine dans un restaurant. Il travaille dans la cuisine et doit souvent manipuler des contenants d'huile bouillante.

Un soir où il y avait plus de pression que d'habitude, il se presse, ne porte pas attention aux directives de travail et fait une fausse manoeuvre. Résultat, il s'ébouillante une main et tout l'avant-bras.

Chanceux, il n'est brûlé qu'au deuxième degré et il plonge sa main et son bras dans l'eau froide afin d'empêcher la brûlure de s'aggraver. Son patron lui dit de se rendre à l'urgence d'une clinique médicale voisine afin d'y recevoir les soins appropriés. Soigné, il retourne chez lui et se met à se poser toutes sortes de questions sur ce qui va lui arriver.

Vais-je perdre mon emploi si je ne retourne pas travailler demain ou dans quelques jours? Vais-je perdre mon salaire jusqu'au moment où je retournerai au travail? Que va-t-il m'arriver si je ne suis plus capable d'utiliser correctement ma main?

Ce soir-là, il dort mal. Toute la nuit, il se pose des questions sans pouvoir trouver de réponses.

FEUILLE-SUPPORT B

(fiche 5.16.2)

Droits et responsabilités du travailleur

Responsabilités: En cas d'accident, le travailleur (y compris l'étudiant stagiaire et le travailleur à temps partiel) doit:

1. aviser son employeur de l'accident;
2. aller voir un médecin de son choix afin d'obtenir une attestation médicale;
3. remettre une copie de cette attestation médicale à l'employeur (pour le paiement par l'employeur des 14 premiers jours);
4. si l'incapacité dure plus de 14 jours, produire une réclamation à la CSST;
5. réclamer ses frais d'assistance médicale à la CSST.

Droits du travailleur victime d'une lésion professionnelle (y compris les étudiants stagiaires et les travailleurs à temps partiel):

Liste non exhaustive.

1. le travailleur a droit de recevoir une indemnité de remplacement de revenu pendant toute la durée de son incapacité de travail:
   - pendant les 14 premiers jours complets d'incapacité: l'employeur verse 90% du salaire net;
   - à compter de la 15e journée, la CSST verse 90% du revenu net retenu;
2. le travailleur a droit de consulter le médecin de son choix;
3. le travailleur a droit d'être payé à 100% par son employeur pour la première journée de l'accident
4. le travailleur a droit à la réadaptation (s'il y a une atteinte permanente à son intégrité physique ou psychique et des difficultés de réinsertion sociale et professionnelle);
5. le travailleur a droit à un montant forfaitaire d'un minimum de 500 $ pour compenser les dommages corporels;
6. le travailleur a droit de retourner à son travail (la durée de ce droit est de 1 ou 2 ans selon le nombre d'employés dans l'entreprise).

En cas de décès:

Le conjoint du travailleur décédé a droit de recevoir:

- un montant forfaitaire d'au moins 50,000 $

+

- 55% de l'indemnité de remplacement du revenu qui serait versée au travailleur.

FEUILLE-SUPPORT C

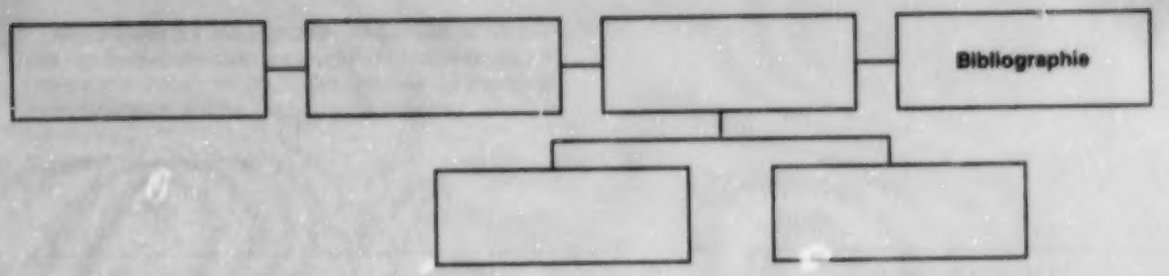
(fiche 5.16.2)

Droits de l'employeur:

- d'exiger du travailleur, victime d'une lésion professionnelle, qu'il se soumette à un examen médical d'un professionnel de la santé qu'il désigne;
- de suivre l'évolution de la lésion corporelle en désignant un professionnel de la santé qui recevra les copies des rapports médicaux concernant son travailleur;
- de contester l'attestion médicale ou le rapport du médecin qui a charge du travailleur et de réclamer l'arbitrage;
- (sous réserve de l'approbation du médecin qui a charge) d'assigner le travailleur à un travail temporaire en attendant qu'il redevienne capable d'exercer son emploi ou, s'il ne le peut, qu'il devienne capable d'exercer un emploi convenable.

Responsabilités (obligations):

- transmettre toutes les informations que la CSST requiert concernant ses activités et les salaires payés;
- aviser la CSST lors que le travailleur est incapable d'exercer son emploi au-delà de la journée au cours de laquelle s'est manifestée la lésion professionnelle;
- verser au travailleur les salaires prévus par la loi;
- permettre au travailleur d'exercer son droit de retour au travail;
- informer la CSST qu'il réintègre le travailleur dans son emploi ou un emploi équivalent.

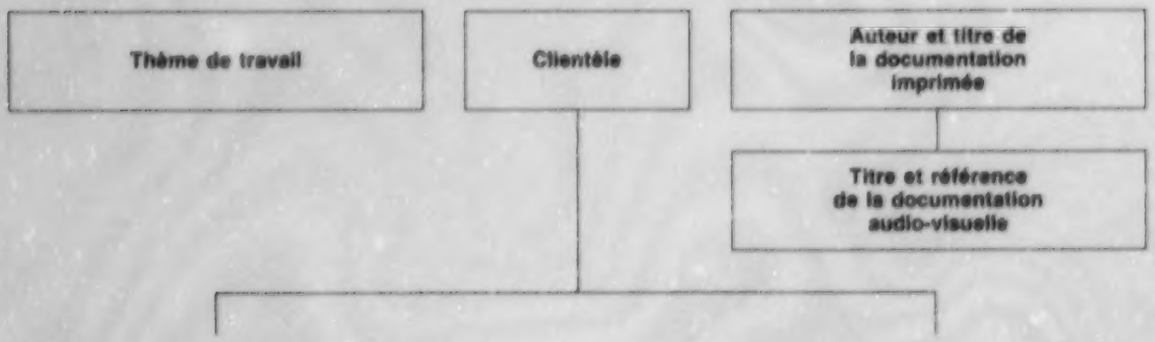


BIBLIOGRAPHIE

B

Afin d'aider les enseignants, les parents et les élèves, un inventaire non exhaustif du matériel disponible a été fait en fonction des thèmes de travail et des clientèles visées (adultes ou élèves).

Schéma de référence



La lettre « E » précédant le titre du matériel signifie qu'il s'adresse à l'élève.

La lettre « A » précédant le titre du matériel signifie qu'il s'adresse aux adultes (enseignants, parents).

B

Documentation imprimée

A BIBEAU, G., TREMBLAY, J., « Résistance et soumission, face à l'émergence d'une autre conception de la santé » dans *L'union médicale du Canada*, vol. 109, mai 1980, pp. 789-790.

A BOUCHARD, C. et Al, *La condition physique et le bien-être*, Québec, Pélican, 1974, 315 p.

AE BRETON, Madeleine, TREMBLAY, Aline, *J'ai un petit malaise mais je me soigne*, Coll. Ministère de la Santé et des services sociaux et DSC du C.H.U.L., juin 1984, 24 p.

Disponible au département de Santé communautaire du C.H.U.L.

AE BRETON, Madeleine, TREMBLAY, Aline, *Projet pédagogique sur les malaises courants: hypothèse de méthodes d'enseignement et d'apprentissage*, DSC du C.H.U.L., 1984, 71 p.

Information, suggestion d'activités, matériel didactique. Disponible au département de Santé communautaire du C.H.U.L.

A CENTRE DE BIOÉTHIQUE DE L'INSTITUT DE RECHERCHES CLINIQUES DE MONTRÉAL, *Médecine et adolescence*, (n° 3), Québec, PUL, (Collection Cahiers de bioéthique) 1980, 305 p.

Traite des possibilités, des problèmes et des contraintes des adolescents

A CONSEIL DES AFFAIRES SOCIALES ET DE LA FAMILLE, *Objectif Santé, Rapport du comité d'étude sur la promotion de la santé*, Québec, 1984, 217 p.

A DABROWSKI, R. *Les maladies de civilisation*, (S.L.), Éd. du Rocher, 1978, 206 p.

A DELISLE-LAPIERRE, Isabelle, *À l'écoute de sa vie. Concept santé*, Guérin, Montréal, 1979, 238 p.

A DUBOS, René, *L'homme et l'adaptation au milieu*, Paris, Payot, 1973, 472 p.

A ERICKSON, Erick, *Adolescence et crise, la quête de l'identité*, Paris, Flammarion, 1972, 348 p.

A FERGUSON, M., *Les enfants du Verseau*, Calman-Lévy, Paris, 1981, 338 p. (chapitre 8).

A FOURNIER, F., BLAIS, M., *Style et valeurs des jeunes*, Montréal, Bureau de consultation jeunesse Inc., 1984, 96 p.

A GAGNON, Danielle, « La santé des jeunes québécois » dans *Droit de passage*, Vol. IV, n° 4, mai 1984, p. 32

A GOODSPEED, L., SMITH, E., *L'adolescence*, version française de *This is the life*, Traduit par Guy Vaubane, Longueuil, Édicompo, 1977, 248 p.

A JEANNERET, O., et Al, *Les adolescents et leur santé*, Montréal, Flammarion, Médecine sciences, 1983, 484 p.

A ILLICH, I., *Némésis médicale. L'expropriation de la santé*, Paris, Seuil, 1975, 223 p.

A LALONDE, M., *Nouvelle perspective de la santé des canadiens*, Santé et Bien-Être social Canada, Ottawa, 1974

A MASLOW, Abraham H., *Vers une psychologie de l'être*, Paris, Fayard, 1972, 269 p.

A MONGEAU, Serge, *Vivre en santé*, Montréal, Québec/Amérique, 1982, 141 p.

A PAMPALON, Robert, *Environnement et santé. Éléments d'une problématique québécoise*, Ministère de la Santé et des Services sociaux, 1980, 133 p.

A PAPALIA, Diane E., OLDS, S.W., *Le développement de la personne*, Montréal, HRW, 1979, 505 p.

A PELLETIER, Louise, VÉZINA, Lucie, *La perspective des adolescents sur leur santé: synthèse d'un rapport de recherche*, Québec, École des sciences infirmières, Université Laval, avril 1985, 45 p.

A QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, Secteur de planification, *Les valeurs des jeunes de 16 à 20 ans, Document synthèse*, Québec, Service de la recherche, 1980, 11 p.

A ROY, J.-Yves, « Médecine: crise et défi » dans *Recherches sociographiques, Sociologie de la santé*, P.U.L., vol. 16, n° 1, janvier-avril 1975, pp. 43-67.

B

A SAUCIER, J.F., STEINBERG, M., *Adolescents et prévention. Rapport préliminaire*, Université de Montréal, Section des sciences du comportement, 1979, 128 p.

A SAUCIER, J.F., GAUTHIER, M.C., *Perception des besoins médicaux et psychologiques par les adolescents et leurs opinions sur les services*, Université de Montréal, Département de psychiatrie, 1980.

A ST-ARNAUD, Yves, *Devenir autonome: créer son propre modèle*, Montréal, Le Jour, (Collection Actualisation) 1983, 326 p.

A ST-ARNAUD, Yves, *La personne humaine*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1974, 200 p.

A TANGUAY, Serge, « Le besoin d'être en « gang » » dans *Convergence*, vol. 11, n° 5, janvier 1982, pp. 8-10

A UNIVERSITÉ DU QUÉBEC, Télé-Université, *Qu'est-ce que la santé? / La santé et les habitudes de vie / La santé et le milieu de vie / L'état de santé des québécois!* (Fascicules du cours « Santé, personne et société », SOC 2001), Ste-Foy, 1981.

A — « La santé .1 » dans *Critère*, n° 13, juin 1976
Numéro spécial sur la santé

A — « La santé .2 » dans *Critère*, n° 14, juin 1976
Numéro spécial sur la santé

A — « Pour un nouveau contrat médical » dans *Critère*, n° 15, automne 1976
Numéro spécial sur la santé

A — « Santé et environnement. La poussée écologique » dans *Carrefour des Affaires sociales*, vol. 7, n° 2, printemps 1985, pp. 17-32.
Dossier spécial sur une conception écologique de la santé

Documentation audio-visuelle

E *Besoin pour vivre*
Claude Dubois
Chanson tirée du disque « Profil », vol. 1 (Pingouin PN-102)

Documentation imprimée

A BOUCHER, Francine, PAUZÉ, Robert, *Contrôlez votre poids*, Service d'orientation et de consultation psychologique de l'Université de Montréal, Éd. de Mortagne, 1981, 103 p.

A Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Le manuel du guide alimentaire canadien*, Ottawa, 1982, 68 p.

A Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Apports nutritionnels recommandés pour les canadiens*, 1983, 202 p.

A Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction générale des services et de la promotion de la santé, *Valeur nutritive de quelques aliments usuels*, Ottawa, 1979, 37 p.

AE Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Soyez bon perdant*, 1984 (dépliant).
Renseignements de base sur la façon de perdre du poids.

AE Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Propos sur la nutrition*, 1985, (dépliant).

AE Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Mangez mieux, vous irez mieux*, (dépliant).

AE Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Guide alimentaire canadien*, 1983, (feuillet # 4636).

A CANTIN, Hélène, « Être ou ne pas être... végétarien » dans *Le médecin du Québec*, mars 1980, pp. 120-123.

E DÉPARTEMENT DE LA SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE L'HÔPITAL DE L'ENFANT-JÉSUS, *Bouffe-secours*, Québec, 1985, (brochure).
Information générale et recettes pour les étudiants à faible revenu qui habitent en appartement.

A DE ROSNAY, Joël et Stella, *La mal bouffe*, Paris, Olivier Orban, 1979, 159 p.

A GAUVIN, Jocelyne, *Bien manger à bon compte*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1980, 227 p.

A HENRICHON, Pierre, « Mangez maintenant... payez plus tard » dans *Protégez-vous*, Québec, Office de la protection du consommateur, mars 1985, pp. 37-44.
Besoins nutritifs et habitudes des adolescents.

A HUNTER, D., *Maigrir en santé*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1981, 209 p.

A LAMBERT-LAGACÉ, Louise, *La diététique dans la vie quotidienne*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1973, 152 p.

A LAMBERT-LAGACÉ, Louise, *Menu de santé*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1977, 221 p.

A LAMBERT-LAGACÉ, L., BÉGIN, L., « Non aux diètes, oui au plaisir » dans *Châtelaine*, septembre 1981, pp. 94-104.

A LAPPÉ, F.M., *Sans viande et sans regret*, Montréal, Éditions l'Étincelle, 1976, 348 p.

A LEDOUX, Geneviève B., « L'obésité: un problème de taille » dans *Protégez-vous*, Québec, Office de la protection du consommateur, avril 1979, pp. 19-25.

A LEDOUX, Geneviève B., « Le traitement de l'obésité: entre le régime et la clinique » dans *Protégez-vous*, Québec, Office de la protection du consommateur, mars 1979, pp. 19-26.

A LEDOUX, Marielle, « Les besoins nutritionnels » dans *Le Médecin du Québec*, avril 1984, pp. 43-50.
Besoins nutritionnels et comportement alimentaire à l'adolescence.

A LEPAGE, M.C., POITRAS, J., WARREN, M., *Activité sur: Alimentation, besoins énergétiques des adolescents, activité physique*, DSC du C.H.U.L. et C.L.S.C. Arthur-Caux et Portneuf, janvier 1985, 60 p.

B

A LOPEZ, D.G., *Recettes et menus minceur*, Hôtel-Dieu de Montréal et Corporation professionnelle des diététistes du Québec, 1980.

A PRÉFONTAINE, M., BLAIS, M., SIMARD-MAVRIKAKIS, S., *L'alimentation: ses multiples aspects*, Montréal, Guérin, 1972, 418 p.

A Québec, MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE, DES PÊCHERIES ET DE L'ALIMENTATION (Direction des politiques alimentaires) et les Cercles de Fermières du Québec, *Les habitudes alimentaires des jeunes québécois*, Rapport d'enquête, mai 1985, 73 p.

AE Québec, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, Direction des Communications, *Guide alimentaire québécois*, 1980, 23 p.

A Québec, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX ET OFFICE DES PRODUCTEURS DE LAIT DU QUÉBEC, *Résumé de la politique québécoise en matière de nutrition*, Québec, Direction des Communications, 1981, 15 p.

A SÉLECTION DU READER'S DIGEST, *Manger mieux, vivez mieux*, Montréal, Sélection du Reader's Digest Ltée, 1983, 416 p.

A SÉVIGNY, J., « L'ABC d'une alimentation saine » dns le *Journal dentaire du Québec*, avril 1984, pp. 11-19.

A SHATENSTEIN, B., TRAVERS, C., « Les produits et les régimes amaigrissants » dans *Protégez-vous*, Québec, Office de la protection du consommateur, juillet 1984, pp. 45-54.

A SIMARD, F., *Initiation à la cuisine minceur*, Montréal, Centre de nutrition multimodal, 1984, 140 p.

A VILLEDIEU, Yannick, « La mal bouffe des adolescents » dans *Éducation-Québec*, vol. II, n°4, 1981, p. 10-14.

Documentation audio-visuelle

E *La machine Gobe-tout*

Vidéo cassette 25 min.
1981
Série: Salut Santé

Distributeur: • Office national du film (# 81151)
• Multimédia Audiovisuel Inc.

Principes d'une bonne alimentation selon les besoins réels

E *Maigrir, maigrir..., les phobies de l'adolescence*

Vidéo cassette 29 min.
Série: Manger comme du monde

Distributeur: Radio-Québec (# 0475)

E *Moi, j'mange bien*

Diaporama 20 min.
1980

Distributeur: • Ministère de la Santé et du Bien-être social, Direction de la promotion de la santé, Montréal

Principes d'une bonne alimentation pour les adolescents.

Documentation imprimée

A ALEXANDER, G., *Le corps retrouvé par l'Eutonie*, Paris, Tchou, 1976, 222 p.

AE ASSOCIATION DENTAIRE CANADIENNE, *Pratiques d'hygiène pour garder une bouche saine*, 1981, (dépliant).

AE ASSOCIATION DENTAIRE CANADIENNE, *Protégez votre bouche*, 1980, (dépliant).

Information sur les protecteurs buccaux

A BALASKAS, A., *Bien vivre avec son corps*, Paris, 1979, 191 p.

A BOUCHARD, C., et AL, *La condition physique et le bien-être*, Québec, Pélican, 1974, 315 p.

A BOUCHER, F., BINETTE, A., *Bien vivre avec le stress*, Éd. de Mortagne, Montréal, 1981, 192 p.

A BOUDREAU, C., COUTURE, N., « Éducation au stress! deux méthodes de relaxation » dans *Le médecin du Québec*, mars 1984, pp. 69-75

A BRIEGHEL-MÜLLER, G., *Eutonie et relaxation. Détente corporelle et mentale*, Paris, Delachaux et Niestlé, 1972, 136 p.

E BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE, *Aïe ... j'suis menstruée*, Montréal, Bureau de consultation jeunesse Inc., 1981, 20 p.

A Canada, CONDITION PHYSIQUE ET SPORT AMATEUR. *L'activité physique et les jeunes au Canada. Rapport de l'Enquête. Condition physique Canada*, Ottawa, octobre 1983.

A Canada, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la protection de la Santé. *La sécurité en matière de cosmétiques*, Ottawa, 1982, 5 p.

A Canada, SANTÉ ET BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *La santé dentaire: guide pédagogique de la maternelle à la fin du secondaire*, 1981, 121 p.

A DE GRAMONT, Monique, « L'armée des sans-sommeil » dans *Châtelaine* », mars 1981, pp. 49-60.

A DEMENT, W.C., *Dormir, rêver*, Paris, Seuil, 1981, 180 p.

A DOKA, B., *Bronzer sans danger*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1984, 137 p.

A FAULTEN, S., *Augmentez votre énergie par des moyens naturels*, Québec/Amérique, Montréal, 1984, 160 p.

A FLUCHAIRE, P., *Bien dormir pour mieux vivre*, Paris, Dangles, 1982, 208 p.

A FREDELLE, Maynard, « La tension prémenstruelle: un mythe? » dans *Châtelaine*, novembre 1980, pp. 57-66.

A JACOBSON, E., *Savoir relaxer pour combattre le stress*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1980, 234 p.

E JOHNSON & JOHNSON INC., *Grandir ... une expérience à vivre*, 1985, 29 p.

Information sur la puberté et l'hygiène menstruelle

AE JOHNSON & JOHNSON INC., *Un sourire en santé, ça s'exerce chaque jour!*, 1984, 8 p. (brochure).

A KOHLER, M., CHAPELLE, J., *101 recettes pour bien dormir*, Éd. du Jour, Montréal, 1973, 304 p.

A LAMONTAGNE, Y., *Techniques de relaxation*, Montréal, Éd. France/Amérique, 1982, 141 p.

A MARCOTTE, C., *Le contrôle de soi par la relaxation: une approche intégrée*, Montréal, Le Jour, 1981, 154 p.

AE MARCOUX, D., ROBERT, P., « Les produits contre l'acné » dans *Protégez-vous*, Québec, Office de la protection du consommateur, janvier 1984, pp. 21-30.

AE ROSENBERG, E., et AL, *La santé*, version française de *Investigating your health*, traduit par M. Chalouh et L. Forest, Longueuil, Édi-Compo, (Collection du Mieux-vivre) 1980, 448 p., (chapitres 3-4-5-7).

AE Québec, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, Direction des communications, *Des dents belles à croquer. La santé dentaire de 6 à 19 ans*, 1985, (dépliant).

B

AE Québec, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, *Il faut prendre le sommeil quand il passe*, 1979, (dépliant).

A Québec, RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIF, Service des communications, *À pleine dents*, avril 1983, (dépliant).

Politique des soins dentaires

A SCHERING CORPORATION LIMITED, *Comment prendre soin de votre dos*, Pointe-Claire, (feuillet).

A SCHULTZ, J.H., *Le training autogène*, Paris, Presses Universitaires de France, 1977, 333 p.

E SERVICE D'INFORMATION EN CONTRACEPTION ET SEXUALITÉ DE QUÉBEC, *Hygiène et sexualité sans gêne*, (dépliant).

AE STORCH, M., *Crampes et malaises menstruels*, Montréal, Québec/Amérique, 1984, 151 p.

Documentation audio-visuelle

E *À chacun sa santé*

Vidéo cassette 26 min.
Série: Salut santé

Distributeur: Office national du film (# 81148)

Incite l'adolescent à prendre en charge sa santé en adoptant un style de vie préventif (12-14 ans)

E *Les signaux du corps*

Vidéo cassette 26 min.
Série: Salut santé

Distributeur: Office national du film (# 81147)

Permet à l'élève de faire le lien entre le repos et la récupération physique et mentale du corps

A *Les techniques de relaxation*

Marcel Sabourin
Disque RCA, n° 054

E *Proprement parlant*

Diaporama 20 min.
1981

Distributeur: Département de Santé Communautaire de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus

Information sur les principales habitudes d'hygiène de vie propres à l'adolescence (10-13 ans)

E *Vas-y fonce*

Diaporama 15 min.

Distributeur: Santé et Bien-être social Canada Direction de la promotion de la santé (# 1216.4.185)

Incite les adolescents à s'intéresser à leur santé et à participer à leurs activités préférées

Documentation imprimée

- ARSENEAU, J. et Al., *Psychothérapies, Attention!*, Québec, Québec-science, 1983, 224 p.
- ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE, *La santé mentale, c'est quoi? / La santé mentale définie en 1/2/3 points. / Vivre, les sept conditions d'une bonne santé mentale.* (Dépliants).
- AUGER, Lucien, *Communication et épanouissement personnel. La relation d'aide*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1972, 168 p.
- AUGER, Lucien, *S'aider soi-même*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1974, 168 p.
- AUGER, Lucien, *Vivre avec sa tête et son coeur*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1979, 156 p.
- AUGER, Lucien, *Penser heureux: la conquête du bonheur, image par image*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1981, 119 p.
- BÉLANGER, Robert, *Parents d'adolescents*, Ottawa, Robert Bélanger, 1981, 317 p.
- BLONDIN, R., *Le bonheur possible*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1983, 330 p.
- BOUCHER, F., BINETTE, A., *Bien vivre le stress*, Montréal, Éd. de Mortagne, 1981, 192 p.
- BOUDREAU, C., COUTURE, N., « Éducation au stress! deux méthodes de relaxation » dans *Le médecin du Québec*, mars 984, pp. 69-75.
- BRIEGHEL-MÜLLER, G., *Eutonie et relaxation. Détente corporelle et mentale*, Paris, Delachaux et Niestlé, 1972, 136 p.
- CUSSON, M., *Délinquants, pourquoi?*, Montréal, HMH, 1981, 275 p.
- FAULTEN, S., *Augmentez votre énergie par des moyens naturels*, Montréal, Québec/Amérique, 1984, 160 p.
- FLUCHAIRE, P., *Bien dormir pour mieux vivre*, Paris, Éd. Dangles, 1982, 208 p.
- GINOTT, H.G., *Entre parents et adolescents*, Paris, Robert Laffont, (collection Marabout Service) 1979.
- GRENIER, Marc, *L'enfant, son autonomie, sa santé mentale; document de réflexion*, Québec, Ministère de la Santé et des Services sociaux, Direction générale de la santé, 1982, 23 p.
- JACOBSON, E., *Savoir relaxer pour combattre le stress*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1980, 234 p.
- GORDON, Thomas, *Enseignants efficaces: enseigner et être soi-même*, Montréal, Le Jour, 1981, 502 p.
- LAMONTAGNE, Y., *Techniques de relaxation*, Montréal, France/Amérique, 1982, 141 p.
- LA MÉTROPOLITAINE, *Le stress et votre santé*, Service d'éducation sur la santé et la sécurité, 1980, (Série santé et sécurité), (Dépliant).
- MASSÉ, SPORNS, « Le suicide chez les jeunes » dans *Nursing Québec*, vol. 5, n°4, mai/juin 1985, pp. 14-17.
- MILOT, Guy, *Les secrets de la santé mentale*, Montréal, Québécor, 1980, 100 p.
- MISHIRA, B., TOUSIGNANT, M., « Pour une véritable prévention primaire du suicide » dans *Revue québécoise de psychologie*, vol. 4, n°3, pp. 21-31.
- MORISSETTE, Pierre, *Le suicide, démystification, intervention, prévention*, Québec, Centre de prévention du suicide, 1984, 436 p.

  Plaquettes (tirés à part) de ce volume:
  - *Le suicide — mythes, tabous, réalités*
  - *Le suicide — évaluation du potentiel suicidaire*
  - *Le suicide — intervention*
  - *Le suicide — prévention*
- PAPALIA, Diane, E., OLDS, SALLY, W., *Le développement de la personne*, Montréal, HRW, 1979, 505 p

B

A PLATH, S., BELZER, J., « L'estime de soi... et son incidence sur la santé » dans *Éducation sanitaire*, vol. 23, n°4, printemps 1985, pp. 2-6.

A PURUSHOTTAM, J., De GRÂCE, G.R., *Conceptions contemporaines de la santé mentale*, Montréal, Décarie, 1983, 365 p.

A QUÉBEC, COMITÉ DE LA SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC, *Avis pour un programme d'information de masse en santé mentale*, Québec, Direction générale des publications gouvernementales du ministère des Communications, 1983, 41 p.

A QUÉBEC, COMITÉ DE LA SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC, *L'école et la santé mentale. État de la question de la santé mentale en milieu scolaire*, Direction générale des publications gouvernementales, 1985, 89 p.

A QUÉBEC, COMITÉ DE LA SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC, *La santé mentale des enfants et des adolescents. Vers une approche plus globale*, Direction générale des publications gouvernementales, 1985, 251 p.

A QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, *Les valeurs des jeunes de 16 à 20 ans. Document synthèse*, Québec, 1980, 11 p.

AE ROSENBERG, E. et Al., *La santé*, version française de *Investigating your Health*, traduit par Marie Chalouh et Louis Forest, Longueuil, Édi Compo, (Collection du Mieux-Vivre) 1980, 448 p., (chapitre 9).

A SELYE, H., *Stress sans détresse*, Ottawa, La Presse, 1974, 175 p.

A SERVICE JEUNESSE DE LA CROIX-ROUGE, *La paix, y crois-tu?*, Société Canadienne de la Croix-Rouge, 1984, 40 p.

A SIMON, S., WENDKOS OLDS, S., *Aider les jeunes à choisir*, Le jour, (Collection Actualisation) 1981.

A ST-ARNAUD, Yves, *Devenir autonome: créer son propre modèle*, Montréal, Le Jour, (Collection Actualisation) 1983, 326 p.

A TANGUAY, Serge, « Le besoin d'être en « gang » dans *Convergence*, vol. II, n°5, janvier 1982, pp. 8-10.

Documentation audio-visuelle

AE *J'me sens bien!*
Cassette et brochures
1981

Distributeur: Conseil canadien du thé

Les brochures présentent une série de photos ainsi que des suggestions d'activités pour les élèves de 12 à 15 ans. Thèmes principaux: la musique, l'activité physique, le multiculturalisme, la façon de se comporter avec d'autres

E *La santé, c'est dans la tête*
Vidéo cassette 26 min.
Série: Salut Santé

Distributeur: — Multimédia Audiovisuel Inc.
— Certains départements de Santé communautaire

E *Un coeur pour en parler*
Sylvie Tremblay
Chanson enregistrée sur cassette

Distributeur: — Centrale de l'enseignement du Québec (Centre audio-visuel)

Chanson sur le thème de l'adolescence

THÈME

« OUTILS DANGEREUX »

Documentation imprimée

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC, *Guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé)*, CSST, 1987.

AE COURCIL, M., *L'utilisation d'outils à main non électriques*, Lille, Caisse régionale d'assurance-maladie du Nord de la France, 1980, 15 p.

Documentation audio-visuelle

AE *Accidentellement vôtre*
Film 16 mm — 15 min.
Distributeur: C.S.S.T.

E *Ça pourrait m'arriver*
Diaporama — 13 min.
1977
Distributeur: C.S.S.T.
Analyse d'accidents

AE *Des outils hors de prix: les mains*
Film 16 mm — 16 min.
1980
Distributeur: C.S.S.T.

AE *La main de cristal*
Film 16 mm — 7 min.
1980
Distributeur: C.S.S.T.
Traite de la protection des mains

AE *La main et la machine*
Diaporama — 10 min.
1980
Distributeur: C.S.S.T.

AE *La main, l'outil, le gant*
Diaporama — 8 min.
1980
Distributeur: C.S.S.T.
Traite de la protection des mains

AE *L'électricité et le bon sens*
Film 16 mm — 28 min.
Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les outils à main*
Film 16 mm — 13 min.
1970
Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les outils électriques*
Film 16 mm — 13 min.
Distributeur: C.S.S.T.

A *L'imprévu*
Film 16 mm — vidéo cassette — 19 min.
Distributeur: C.S.S.T.
Analyse d'accidents

AE *Sécurité dans l'atelier: principes fondamentaux*
Film 16 mm — 13 min.
1972
Distributeur: C.S.S.T.

AE *Souder en sécurité*
Diaporama — 21 min.
1983
Distributeur: C.S.S.T.

AE *Souder en sécurité*
Film 16 mm — 13 min.
Distributeur: C.S.S.T.

A *Une flamme à bout de bras*
Film 16 mm — 16 min.
1980
Distributeur: C.S.S.T.

B

Documentation imprimée

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC, *Guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé)*, CSST, 1987.

Documentation audio-visuelle

E *Coco s'est échappé*
Vidéo cassette — 20 min.
1979

Distributeur: C.S.S.T.

E *Les agresseurs masqués*
Vidéo cassette — 23 min.
1979

Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les contaminants chimiques*
Vidéo cassette — 7 min.
1985

Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les risques toxiques dans l'industrie*
Film 16 mm — 20 min.

Distributeur: C.S.S.T.

A *Les substances dangereuses*
4 diaporamas — 62 min.

Distributeur: C.S.S.T.

AE *28 grammes de prévention*
Film 16 mm — 25 min.
1975

Distributeur: C.S.S.T.

B

THÈME

« L'INCENDIE »

Documentation imprimée

AE LA MÉTROPOLITAINE, *La sécurité contre les incendies*, série santé et sécurité

AE QUÉBEC, MINISTÈRE DES AFFAIRES MUNICIPALES, *Et s'il y avait le feu quand même*, (feuillet)

E SERVICE JEUNESSE DE LA CROIX-ROUGE, *Sécurité à coup sûr*, 1980, 104 p.

E SERVICE JEUNESSE DE LA CROIX-ROUGE, *La prudence un jeu d'enfant*, 1980, 110 p.

E VILLE DE MONTRÉAL, Service d'incendie, *Guide pour le ou la gardien(ne)*, (feuillet)

B

Documentation imprimée

A ADDICTION RESEARCH FOUNDATION, *Le Cannabis: ses effets sur la santé*, Exposé de spécialistes de l'Addiction Research Foundation, Toronto, 1980, 12 p.

A ANCTIL, M., *Programme de prévention en toxicomanie. Guide de l'animateur*, CLSC de Forestville, 1982, 96 p.

Information, suggestions d'activités, questionnaires, etc.

AE ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC, *Vos poumons / Pourquoi fumez-vous? / La cigarette / Le fumeur passif / Vous êtes jeunes, de sexe féminin et vous fumez / Poum s'interroge*, (dépliants).

E ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC, *Nous vivons au rythme de nos poumons*, (brochure).

A BOUDREAU, A., *Connaissance de la drogue*, Montréal, le jour, 1972, 315 p.

A BOURGAULT, D. et Al. *La drogue ... si on en parlait*, Charlesbourg, Commission régionale Jean-Talon, 15 p.

Brochure s'adressant aux parents. Disponible à la Commission scolaire de Charlesbourg.

A BOUTOT, B., KHAL, G., *Marijuana 80*, (S.L.), Éd. de l'Orée, 1980.

AE BOUTOT, B., *Les drogues expliquées aux adolescents*, Montréal, Aurore/Univers, 1980, 161 p.

A BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE ET COMMISSION DES ÉCOLES CATHOLIQUES DE MONTRÉAL, *Les drogues: des choix à faire — Guide d'animation*, Montréal, BCJ Inc. et CECM, 1985, 24 p.

Guide d'animation sur le thème de la drogue. Disponible au Bureau de consultation jeunesse

A CANADA, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Le tabac et la santé. Manuel à l'usage des enseignants du Canada*, 2e édition, 1976, 41 p.

A CANADA, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Les drogues: faits et méfaits*, 1983, 24 p.

AE CANADA, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Propos sur l'alcool / Propos sur le tabac / Propos sur les drogues*, (dépliants).

AE CANADA, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, Direction de la promotion de la santé, *Vivre moi-même*, 1983, 24 p. (brochure)

Information sur le cannabis; divisé en 2 parties: l'une s'adressant aux jeunes, l'autre aux parents

A CHARLAND, M., et Al., *Répertoire des ressources sur la problématique drogue*, (Projet Consultation — Action — Prévention), Québec, mai 1984, 69 p.

Répertoire disponible au Service de Réadaptation sociale (Québec)

AE CONSEIL CANADIEN SUR LE TABAC ET LA SANTÉ, *J'ai essayé de cesser de fumer.. j'en suis incapable! (dépliant)*

A CORMIER, Dollard, *Toxicomanie: style de vie*, Chicoutimi, Gaétan Morin, 1984, 175 p.

AE DAGENAIS, M.P. et Al., *Les drogues: des choix à faire*, 2e éd., Montréal, Bureau de Consultation Jeunesse Inc. et Commission des écoles catholiques de Montréal, 1984, 47 p.

Information sur les diverses drogues. Disponible au Bureau de Consultation-Jeunesse Inc.

A DUMAS, S., ROCHAIS, G., TREMBLAY, H., *Les problèmes de la drogue dans leur contexte socio-culturel*, OMS, 1982, 286 p.

AE FONDATION DOMRÉMY, *Un coup de pouce, pour un coup d'moins, grâce à toi*, 22 p.

Moyens pour aider un ami qui a des problèmes avec l'alcool ou la drogue

B

A FRÉJAVILLE, J.P., DAVIDSON, F., CHOQUET, M., *Les jeunes et la drogue*, Paris, P.U.F., 1977, 230 p.

A NOWLIS, H., *La drogue démythifiée*, Unesco, 1975, 107 p.

A QUÉBEC, CONSEIL DES AFFAIRES SOCIALES ET DE LA FAMILLE, *Médicaments ou potions magiques*, 1982, 95 p.

E QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, *Les jeunes et l'alcool*, 1984, 15 p. (# 82-014)

AE ROSENBERG, E., et Al, *La santé*, version française de *Investigating your health*, traduit par M. Chalouh et L. Forest, Longueil, (Collection du Mieux-vivre), Edi Compo, 1980, 448 p. (chapitre 10)

AE SOBRIÉTÉ DU CANADA, *Pas besoin d'arroser ses loisirs / À quoi on joue / L'adolescensationnel fait un choix alcoologique*, (Dépliants).

A SÛRETÉ DU QUÉBEC, *Programme d'information en milieu scolaire. Les drogues*, 1982, 77 p.

Programme d'information sur les drogues, les réseaux, la législation, les ressources

A — « Drogues à l'heure de la prévention » dans *Droit de passage*, vol. IV, n° 2, novembre 1984, pp. 16-26.

Séries d'articles sur la drogue

A — « La drogue — parlons-en! » dans *Convergence*, vol. 11, n° 9, mai 1982, pp. 7-18.

Séries d'articles sur la drogue

Documentation audio-visuelle

E *À votre santé*
Vidéo cassette 26 min.
Série: Salut santé

Distributeur: Office national du Film (# 81149)

Effets de l'alcool sur l'organisme. L'adolescent et l'usage de l'alcool

E *Jouer avec le feu*
Film 16 mm 22 min.

Distributeur: Association pulmonaire du Québec

Informations sur le tabagisme

E *L'adolescent fait un choix alcoologique*
Vidéo cassette 22 min.
1984

Distributeur: Sobriété du Canada

Informations sur l'alcool, sur les diverses influences subies par le adolescents
Favorise une prise de position personnelle
Document d'accompagnement disponible.

AE *Laissez-moi parler*
Diaporama 20 min.

Distributeur: Ministère de la Santé et du Bien-être social
Direction de la promotion de la santé, Montréal
(# 1216-4-154)

Témoignages d'adolescents sur le phénomène de la drogue

AE *L'après-cours*
Film 16 mm 15 min.
1984

Distributeur: Office national du Film (# 84045)

Options de jeunes sur la consommation de drogues

AE *L'émotion dissonante*
Film 16 mm 81 min.
Vidéo (# 84075)
1985

Distributeur: Office national du Film

Exploration du phénomène de la drogue

E *Le monde en fumée*
Vidéo cassette 26 min.
Série: Salut santé

Distributeur: Office national du Film (# 81152)

Effets de certaines drogues sur l'organisme à l'adolescence

E *Les drogues... parlons-en!*
Vidéo cassette 15 min.

Distributeur: — L'Équipe Accès
— Certains services locaux de police

Traite de la communication parents-enfants et des choix des jeunes face à la drogue. Cahier de discussion disponible

E *Virage*
Film 16 mm 15 min.
1984

Distributeur: Association pulmonaire du Québec

Effets de la marijuana et du haschich sur l'organisme

THÈME

« LA POLLUTION »

Documentation imprimée

E CANADA, MINISTÈRE DE L'ENVIRONNEMENT, *Découvre avec moi*, Environnement Canada, (région du Québec), 1984, 26 p.

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC, *Guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé)*, CSST, 1987.

A PAMPALON, Robert, *Environnement et santé: éléments d'une problématique québécoise*, Ministère de la santé et des services sociaux, 1980, 133 p.

AE QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ENVIRONNEMENT, *Le bruit dans la maison*, Direction des communications et de l'éducation, 1979, 16 p.

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *La lutte contre le bruit*, Montréal, CSST, 1983, 117 p.

Documentation audio-visuelle

AE *Le bruit*
Vidéo cassette 7 min.
1985

Distributeur: Commission de la santé et de la sécurité du travail

AE *Décibels*
Film 16 mm 13 min.
1979

Producteur: Ministère de la Santé et des services sociaux
Distributeur: Commision de la santé et de la sécurité du travail

E *Faut s'entendre la-dessus*
Vidéo cassette 25 min.
1979

Producteur: Département de santé communautaire de l'Hôpital régional de Lanaudière
Distributeur: Commission de la santé et de la sécurité du travail

Traite de la pollution par la bruit

B

THÈME

« CHARGE D'ENFANTS »

Documentation imprimée

AE SERVICE JEUNESSE DE LA CROIX-ROUGE, *Gardiens avertis*, Société Canadienne de la Croix-Rouge, 1980.

Informations suggestions d'activités, matériel didactique

Documentation audio-visuelle

AE *Toi qui prends soin des enfants*
Diaporama 10 min.
1978

Producteur: Département de Santé communautaire de l'Hôpital du St-Sacrement et Commssion des Écoles catholiques de Québec

AE *Cours de garde-enfant*
Vidéo cassettes (13) et dossiers de cours

Distributeur: Ligue de sécurité du Québec

B

THÈME

« PREMIERS SOINS »

Documentation imprimée

AE BRITISH RED CROSS SOCIETY, *Le guide des premiers soins*, Paris, Club France Loisirs, 1984.

A CROIX-ROUGE FRANÇAISE, *Manuel de secourisme*, Paris, Flammarion, Médecine sciences, 1980.

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *Secourisme en milieu de travail*, (s.l.), C.S.S.T., 1985, 208 p.

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC, *Guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé), Premiers secours*, CSST, 1987.

AE DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE L'HÔPITAL DE L'ENFANT-JÉSUS, *Les premiers soins*, Québec, Direction de la Santé Communautaire, 20 p.

AE JOHNSON & JOHNSON INC., *Guide pour les premiers soins à domicile*, 1984, 20 p.

AE JOLIN, F., PETIT, M., *Guide familial des urgences à domicile*, Montréal, Québecor, 1981, 242 p.

AE LA MÉTROPOLITAINE, *Premiers secours pour la famille*, (fiche).

AE RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC, *La sécurité dans les sports: prévention des blessures et premiers soins*, Québec, Ministère des Communications, 1985, 126 p.

Dispcnible aux publications du Québec

AE ROSENBERG, S.N., *Le manuel Johnson & Johnson des premiers soins*, (traduit de l'américain par Élise de Bellefeuille), Éd. de l'Homme, 191 p.

AE SOCIÉTÉ CANADIENNE DE LA CROIX-ROUGE, *Secourisme*, 4e éd. Toronto, 1984, 87 p.

Documentation audio-visuelle

AE *Premiers secours en milieu de travail*
Diaporamas (série de 11) 12 min. chacun
1985

Distributeur: C.S.S.T

B

THÈME

« SERVICES DE SANTÉ »

Documentation imprimée

A ARSENEAU, J. et Al., *Psychothérapies, Attention!*, Québec, Québec-Science, 1983, 224 p.

A ILLICH, Ivan, *Némésis médicale. L'expropriation de la santé*, Paris, Seuil, 1975, 223 p.

A MONGEAU, S., *Dictionnaire pratique des médecines douces*, Montréal, Québec/Amérique, 389 p.

AE QUÉBEC, MINISTÈRE DES COMMUNICATIONS, *Le guide des jeunes*, Québec, 1984, 617 p.

AE QUÉBEC, SECRÉTARIAT À LA JEUNESSE, *Répertoire des ressources jeunesse 1985*, Éd. Convergence, 1985, 716 p.

A SAUCIER, J.F., GAUTHIER, M.C., *Perception des besoins médicaux et psychologiques par les adolescents et leurs opinions sur les services*, Montréal, Département de psychiatrie, Université de Montréal, 1980.

A RENAUD, M., « Réforme ou illusion? Une analyse des interventions de l'État québécoise dans le domaine de la santé » dans *Sociologie et société*, vol. 9, n° 1, avril 1979, pp. 127-152.

A ROY, J.-Yves, « Médecine: crise et défi » dans *Recherches sociographiques. Sociologie de la santé*, P.U.L., vol. 16, n° 1, janvier-avril 1975.

A UNIVERSITÉ DU QUÉBEC, TÉLÉ-UNIVERSITÉ, *Les services socio-sanitaires au Québec*, Ste-Foy, 1981 (fascicule du cours « Santé, personne et société »).

A — « La santé... en douce » dans *Santé Société*, vol. 7, n° 4, automne 1985, pp. 13-36.

Dossier spécial sur les approches alternatives en santé

A — « Trop doucement vers de nouvelles pratiques », Spécial santé, dans *Québec-Science*, vol. 19, n° 2, octobre 1980, pp. 21-61.

Documentation audio-visuelle

AE *Nous vous aimons en santé*
Film 16 mm. et vidéo cassette 15 min.

Distributeur: Régie d'assurance-maladie
Services assurés par la Régie

B

Documentation imprimée

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *CSST, Commission de la Santé et de la sécurité du travail*, 1985, (brochure).

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *Découvrir le centre de documentation de la CSST*, Montréal, C.S.S.T., (s.d.) (brochure).

A COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC, *Guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire. Programme de formation personnelle et sociale (Éducation à la santé)*, CSST, 1987.

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *Le répertoire toxicologique*, Montréal, C.S.S.T., 1985, (brochure).

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *Les bonnes postures de travail*, Montréal, C.S.S.T., 1983, 32 p.

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *Votre santé et votre sécurité — les droits et les obligations*, Montréal, C.S.S.T., (s.d.), (brochure).

AE COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL, *126 questions-réponses sur la Loi de la santé et de la sécurité du travail du Québec*, Montréal, C.S.S.T., 1982, 41 p. (brochure).

AE — *Loi sur la santé et la sécurité du travail*, Québec, Éditeur officiel, 1984, 82 p.

AE — *Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles*, Québec, Éditeur officiel, 1985, 166 p.

AE — *Règlement sur la qualité de milieu de travail*, S-2.1, r. 15, Québec, Éditeur officiel, 1983, 60 p.

AE — *Règlement sur les établissements industriels et commerciaux*, S-2.1, r. 9, Québec, Éditeur officiel, 1984, 40 p.

Documentation audio-visuelle

AE *Attention à votre dos*
Film 16 mm — 24 min.
1980

Distributeur: C.S.S.T

AE *Justice pour tous: santé au travail*
Vidéo cassette — 27 min.

Distributeur: C.S.S.T.

AE *Justice pour tous: santé et sécurité du travail*
Vidéo cassette — 27 min.

Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les postures de travail*
Vidéo cassette — 5 min.
1985
Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les risques du métier: La C.S.S.T., les chefs du système*
Film-vidéo cassette — 28 min.
1982

Distributeur: C.S.S.T.

AE *Les risques du métier: La loi 17: prévenir c'est guérir*
Film 16 mm — vidéo cassette — 28 min.
1982

Distributeur: C.S.S.T.

B

Documentation imprimée

E BAMBRICK, Paula et Al, *Mon bilan de santé*, Laval, Département de santé communautaire et Centre audio-scripto-visuel de la Cité de la Santé de Laval, 1984.

Série de 10 auto-tests s'adressant aux jeunes de 13 à 15 ans leur permettant d'évaluer leur comportement face à certains thèmes de santé.

A CANADA, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL, *Salut santé, guide du maître*, 1983, 24 p.

Catalogue renseignant l'éducateur sur le contenu et les objectifs de la série d'émissions « Salut Santé ». On y trouve aussi des suggestions d'activités, d'intégration dans les matières scolaires, etc.

A Centrale de l'enseignement du Québec, *La jeunesse. S'engager au delà des mots. Cahier pédagogique*, Québec, Communications C.E.Q., 1985, 244 p. (chapitre 3: la santé des jeunes)

Fiches pédagogiques, dossiers d'information Disponible à la C.E.Q. au centre audio-visuel

A CLOUTIER, Richard, *Psychologie de l'adolescence*, Chicoutimi, Gaétan Morin, 1982, 321 p.

AE GOODSPEED, L., SMITH, E., *L'adolescence*, version française de *This is the Life*, traduit par les traductions Guy Vauban, Longueuil, Edi Compo, 1980, 243 p.

A JEANNERET, O. et Al., *Les adolescents et leur santé*. Paris, Flammarion, Médecine-Sciences, P.U.M., 1983, 484 p.

A QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, *Répertoire du matériel utilisé en 1984 par les DSC et les CLSC de la province en éducation de la santé auprès des jeunes d'âge scolaire*, Direction de la santé communautaire, Hôpital de l'Enfant-Jésus, 1985.

Documentation audio-visuelle

E *Série Salut Santé*
Vidéo cassettes (26) 26 minutes

Distributeurs: — Multimédia audio-visuel inc.
— Office national du film

Titres des vidéo cassettes:

— Ton corps, c'est un tout*
— Tu crois, je crois
— Cinq sens uniques
— Dans le mouvement
— Corps à coeur*
— Les signaux du corps*
— À chacun sa santé*
— À notre santé!*
— Attention aux autres
— Une santé à transmettre*
— La machine gobe-tout*
— Le monde en fumée*
— Une belle santé
— La santé, c'est dans la tête
— Caractère et humeur
— Le stress
— L'agressivité
— La communication
— Entre l'enfance et l'adolescence
— Les groupes
— Prendre l'école en mains
— Santé et modes de vie
— La pollution
— Une fugue en mineur
— Responsabilité collective
— La surconsommation

* Disponible à l'O.N.F.

B

ANNEXES

A

ANNEXES I

ADRESSES UTILES

A

ADRESSES UTILES

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE
432, St-Cyrille ouest
QUÉBEC (Québec)
G1S 1S3
(418) 683-1775

et

847, Cherrier
Suite 201
MONTRÉAL (Québec)
H2L 1H6
(514) 849-3291

ASSOCIATION DENTAIRE CANADIENNE
1815, Promenade Alta Vista
OTTAWA (Ontario)
K1G 3Y6

ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC
264, Chénier
QUÉBEC, (Québec)
G1K 1R2
(418) 524-4254

et

3440, avenue de l'Hôtel de Ville
MONTRÉAL (Québec)
H2X 3B4
(514) 845-3129

BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE
420, rue St-Paul est
MONTRÉAL (Québec)
H2Y 1H4
(514) 844-1737

CENTRALE DE L'ENSEIGNEMENT DU QUÉBEC
Centre audio-visuel
2336, chemin Ste-Foy
QUÉBEC (Québec)
G1V 4E5
(418) 658-5711

et

1415, Jarry est
MONTRÉAL (Québec)
H2E 1A7
(514) 374-6660

CENTRE ANTI-POISONS

Hôpital Ste-Justine	(514) 731-4931
Hôpital de Montréal	(514) 937-8511
CHUL	(418) 656-8090

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE
20, St-Jean
QUÉBEC (Québec)
G1R 1N6
(418) 525-4588

C.L.S.C. DE FORESTVILLE
Case postale 790
FORESTVILLE (Québec)
G0T 1E0

COMMISSION DE LA SANTÉ-SÉCURITÉ DU TRAVAIL
(Centre administratif)
1199, rue Bleury
MONTRÉAL (Québec)
H3C 4E1
(514) 873-4693

COMMISSION SCOLAIRE DE CHARLESBOURG
7260, boul. Cloutier
CHARLESBOURG (Québec)
G1H 3E8
(418) 628-3130

CONDITION PHYSIQUE ET SPORT AMATEUR CANADA
Édifice Journal sud
365, Laurier ouest
OTTAWA (Ontario)
K1A 0X6
(613) 996-4510

CONSEIL CANADIEN DU THÉ
701, Evans Ave
501
ETOBICOKE (Ontario)
M9C 1A3
(416) 621-9944

CONSEIL CANADIEN SUR LE TABAC ET LA SANTÉ
725, rue Churchill
OTTAWA (Ontario)
K1Z 5G7
(613) 722-3419

CONSEIL DES AFFAIRES SOCIALES ET DE LA FAMILLE
1126, chemin St-Louis
SILLERY (Québec)
G1S 1E5

DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE LA CITÉ DE LA SANTÉ LAVAL
Centre de documentation
1755, boul. René Laennec
VIMONT (Québec)
H7M 3L9
(514) 662-5493

DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE L'HÔPITAL DE L'ENFANT-JÉSUS
1401, 18e Rue
QUÉBEC (Québec)
G1J 1Z4
(418) 694-5923

DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE L'HÔPITAL DU ST-SACREMENT
1050, chemin Ste-Foy
QUÉBEC (Québec)
G1S 4L8
(418) 688-3833

DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DU C.H.U.L.
2050, boul. St-Cyrille ouest
SAINTE-FOY (Québec)
G1V 2K8
(418) 656-8900

ÉQUIPE ACCÈS
555, rue Ladouceur
LAVAL (Québec)
H7X 1K9
(514) 689-5516

FONDATION DOMRÉMY
15 693, boul. Gouin ouest
STE-GENEVIÈVE DE PIERREFONDS (Québec)
H9H 1C3
(514) 626-7750

HYDRO-QUÉBEC
Service de diffusion et publicité
75, boul. Dorchester, 14e étage
MONTRÉAL (Québec)
H2Z 1A4

JOHNSON ET JOHNSON INC.
2155, boul. Pie IX
MONTRÉAL (Québec)
H1V 2E4

LA MÉTROPOLITAINE
Compagnie d'assurance vie
Division de l'éducation sur la santé et la sécurité
99, Bank
OTTAWA (Ontario)
K1P 5A3

LIGUE DE SÉCURITÉ DU QUÉBEC
6785, St-Jacques ouest
MONTRÉAL (Québec)
H4B 1V3
(514) 482-9110

MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE, DES PÊCHERIES ET DE L'ALIMENTATION
Renseignements et publications
Case postale 1693
QUÉBEC (Québec)
G1K 7J8
(418) 643-2428

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX
Direction des communications
1090, Raymond-Casgrain
QUÉBEC (Québec)
G1S 2E4
(418) 643-5573 (documentation audio-visuelle)
(418) 643-3380 (documentation imprimée)

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX
Direction générale de la santé
1075, chemin Ste-Foy
QUÉBEC (Québec)
G1S 2M1
(418) 643-4488

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL
Direction de la promotion de la santé
Complexe Guy-Fabreau
Tour est, 2e étage, suite 210
200, boul. Dorchester ouest
MONTRÉAL (Québec)
H2Z 1X4
(514) 283-4587
(Matériel audio-visuel et certains échantillons de matériel écrit)

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL
Direction de la promotion de la santé
Service de l'information
Édifice Jeanne-Mance, 4e étage
Parc Tunney
OTTAWA (Ontario)
K1A 1B4
(613) 990-7862
(Pour commande de matériel écrit en grande quantité)

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL
Direction de la Protection de la santé
Édifice de la protection de la santé
Avenue Holland
Tunney's Pasture
OTTAWA (Ontario)
K1A 0L2
(613) 990-8188

MINISTÈRE DE L'ENVIRONNEMENT
Service de l'information et des relations publiques
1141, route de l'Église, 6e étage
Case postale 10 100
Succursale Sainte-Foy
SAINTE-FOY (Québec)
G1V 4H5
(418) 648-7204

MINISTÈRE DE L'ENVIRONNEMENT
3900, rue Marly
SAINTE-FOY (Québec)
G1X 4E4
(418) 643-6071

MINISTÈRE DES AFFAIRES MUNICIPALES
Direction générale de la Prévention des incendies
20, avenue Chauveau
Sous-sol Chauveau
QUÉBEC (Québec)
G1R 4J3
(418) 643-2014

MINISTÈRE DES COMMUNICATIONS
Direction des ventes
Case postale 1005
QUÉBEC (Québec)
G1K 7B5
(418) 643-3895

MINISTÈRE DES COMMUNICATIONS
Service de diffusion des documents audio-visuels
600, rue Fullum, 7e étage
MONTRÉAL (Québec)
H2K 4L1
(514) 873-8391

et

1601, boul. Hamel ouest
QUÉBEC (Québec)
G1N 3Y7
(418) 643-5168

MULTI-MÉDIA AUDIOVISUEL INC.
5225, rue Berri
MONTRÉAL (Québec)
(514) 273-2585

OFFICE NATIONAL DU FILM
350, St-Joseph est
QUÉBEC (Québec)
G1K 3B2
(418) 648-3852

et

550, Sherbrooke ouest
MONTRÉAL (Québec)
H3A 1B9
(514) 283-9000*

ORDRE DES CHIMISTES DU QUÉBEC
934, Ste-Catherine est
Bureau 250
MONTRÉAL (Québec)
H2L 2E9
(514) 844-3644

RADIO-QUÉBEC
800, rue Fullum
MONTRÉAL (Québec)
H2K 3L7
(514) 521-2424

et

270, chemin Ste-Foy
QUÉBEC (Québec)
G1R 1T3
(418) 643-4201*

RÉGIE D'ASSURANCE-MALADIE
Service des communications
1125, chemin St-Louis
QUÉBEC (Québec)
G1S 1E7
(418) 643-5069

SERVICE DE RÉADAPTATION SOCIALE
1279, boul. Charest ouest
Suite 900
QUÉBEC (Québec)
G1N 4K7
(418) 687-1441

SERVICE D'INFORMATION EN CONTRACEPTION ET SEXUALITÉ DE QUÉBEC
797, chemin Ste-Foy
QUÉBEC (Québec)
(418) 681-2181

SOBRIÉTÉ DU CANADA
Secrétariat général
835, avenue Brown, local 306
QUÉBEC (Québec)
G1S 4S1
(418) 527-3485

A

* L'adresse des autres bureaux régionaux est indiquée dans l'annuaire.

SOCIÉTÉ CANADIENNE DE LA CROIX-ROUGE
Service Jeunesse
2170, boul. Dorchester ouest
MONTRÉAL (Québec)
H3H 1R6
(514) 937-7761

et

4, Parc Samuel Holland
Suite 101
QUÉBEC (Québec)
G1S 3R3
(418) 687-5082

Service de référence téléphonique sur les programmes et services gouvernementaux:

Communication-Québec

Région de Québec:	(418) 643-1344
Région de Montréal:	(514) 873-2111
Autres régions:	Numéro indiqué dans l'annuaire

ANNEXE II

La sécurité routière à l'école

1. Introduction
2. Synthèse des thèmes traités dans le guide **La sécurité routière à l'école** (tableau I)
3. Tableau de concordance entre les objectifs intermédiaires du programme de « Formation personnelle et sociale » et les éléments d'apprentissage (tableau II)
4. Exemple d'activités (extrait du guide **La sécurité routière à l'école**)

LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE À L'ÉCOLE

1. INTRODUCTION

Les 18 activités, développant le thème « les véhicules » sont regroupées dans un guide différent de celui de la santé. Ce guide est le résultat du travail de concertation et de collaboration entre la Régie de l'assurance automobile du Québec et le ministère de l'Éducation. Il a été élaboré en vertu d'une entente conclue entre ces deux organismes.

Chaque activité du guide rejoint un ou des objectifs intermédiaires du volet « Éducation à la santé ».

La structure de l'activité est identique à celle développée dans le guide de la santé. Nous y trouvons, sous une appellation différente, les trois grandes parties de la démarche pédagogique:

- La préparation de la situation d'apprentissage (question-problème);
- La réalisation de la situation d'apprentissage (exploration-découverte);
- L'intégration de la situation d'apprentissage (action unifiante).

La démarche d'évaluation formative fait partie intégrante de l'activité.

Le guide couvre plusieurs objets d'études: le code de la sécurité routière, la bicyclette, le cyclomoteur et la motocyclette, la motoneige, l'automobile, la signalisation routière, etc.

Un exemple d'activité au 2e cycle du secondaire est annexé à ce document. En le parcourant, les utilisateurs de ce guide garderont en mémoire que toutes les autres activités sont construites selon le même plan. Dans plusieurs cas, un matériel de soutien comportant des acétates, des diapositives, un diaporama et des affiches, peut être utilisé. Celui-ci constitue la trousse du 1er cycle ainsi que celle du 2e cycle.

La diffusion de cette instrumentation pédagogique (guide d'activités et trousses), produite par la Régie, est assurée par les directions régionales du ministère de l'Éducation, les Commissions scolaires et les établissements d'enseignement privé.

Le tableau suivant aidera à planifier les interventions en sécurité routière au cours de l'année.

TABLEAU I

PREMIER CYCLE DU SECONDAIRE

NIVEAU D'ENSEIGNEMENT	NUMÉRO DE L'ACTIVITÉ	THÈMES	MOIS SUGGÉRÉ(S)	NOMBRE DE PÉRIODES	OBJECTIFS DU PROGRAMME - FORMATION PERSONNELLE ET SOCIALE -	LIENS AVEC LES AUTRES PROGRAMMES: Français	Mathématiques	Science	Géographie générale	Arts plastiques
1re secondaire	1.1.1	Signalisation routière et marques sur la chaussée	oct.-nov.	3	4.0-4.6		•	•	•	•
	4.1.1	La motoneige	déc.-jan.	1	4.0-4.4-4.7	•		•		•
	2.1.1	La bicyclette: randonnée	mars-avr.	2	4.0-4.2	•		•	•	
	2.2.1	La bicyclette: circulation dense	avri-mai	1	4.0-4.3	•				
2e secondaire	2.3.1	La bicyclette: activité de réinvestissement	octobre	1	4.0-4.2-4.3	•				
	3.1.1	Le cyclomoteur	mars	1	4.0-4.5	•				
	3.2.1	La motocyclette	avri	1	4.0-4.1	•				
	3.3.1	La motocyclette: points légaux*	mai	1	4.0-4.4-4.7					
	3.4.1	La motocyclette: diminution des risques*	mai	1	4.0-4.8-4.11	•				

AU SECOND CYCLE DU SECONDAIRE

NIVEAU D'ENSEIGNEMENT	NUMÉRO DE L'ACTIVITÉ	THÈMES	MOIS SUGGÉRÉ(S)	NOMBRE DE PÉRIODES	OBJECTIFS DU PROGRAMME - FORMATION PERSONNELLE ET SOCIALE -	LIENS AVEC LES AUTRES PROGRAMMES: Français	Mathématiques	Formation morale	Éducation économique	Arts plastiques	Art dramatique	Physique
3e secondaire	5.1.1	Automobile et facteurs de risques	oct.	1	5.0-5.2-5.3	•	•					•
4e secondaire	5.2.1	L'état du conducteur, la condition du véhicule et leur influence sur le risque d'accident	oct.-nov	2	5.0-5.2	•						
	5.3.1	Automobile: comment réduire le risque d'accident	jan.-fév	2	5.0-5.2-5.4	•						
	1.2.1	Le Code de la sécurité routière	avri-mai	3	4.0-5.0-6.0	•						
5e secondaire	1.3.1	Le Code de la sécurité routière	oct.-nov	3	4.0-5.0-6.0	•				•	•	
	5.4.1	Automobile: conséquences des risques	jan.-fév	1	5.0-5.2	•		•	•			
	5.5.1	Automobile: identification des dangers	mars	1	5.0-5.1	•						
	5.6.1	Automobile: activité de réinvestissement	avri	1	5.0-5.1-5.2 5.3-5.4	•						
	6.1.1	Modes de déplacement	avri-mai	2	6.0-6.1-6.2-6.3	•						

(*) Il y aurait au 2e cycle, un intérêt plus marqué pour cette activité. (3e et 4e secondaire).

3. TABLEAU DE CONCORDANCE ENTRE LES OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES DU PROGRAMME DE « FORMATION PERSONNELLE ET SOCIALE » ET LES ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE

TABLEAU II

THÈME: les véhicules.

OBJECTIF TERMINAL 4

EXPOSER LES DIFFÉRENTS POINTS À CONSIDÉRER EN VUE DE LA CONDUITE DES VÉHICULES AUTORISÉS À L'ÂGE DE L'ADOLESCENCE.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES	
4.1 Rappeler les généralités concernant les accidents causés par l'utilisation de divers types de véhicules.	
4.2 Connaître les règles de prudence à suivre lors d'une excursion de groupe à bicyclette.	2.1.1 Randonnée de groupe à bicyclette. 2.3.1 À bicyclette: activités de réinvestissement.
4.3 Identifier les règles de prudence à suivre lors d'un déplacement à bicyclette dans la circulation dense.	2.2.1 À bicyclette, en circulation dense. 2.3.1 À bicyclette: activités de réinvestissement.
4.4 Décrire le statut légal de la motocyclette et de la motoneige.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 3.3.1 Point légaux et sortes d'accidents liés à la motocyclette. 4.1.1 La motoneige et les motoneigistes.
4.5 Identifier les aspects légaux de l'utilisation d'un cyclomoteur.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 3.1.1 Le cyclomoteur et la loi.
4.6 Rappeler les règlements et lois applicables à tout conducteur de véhicule automobile.	1.1.1 L'usager de la route et la signalisation routière. 1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière.
4.7 Indiquer les principaux accidents dont peut être victime le motocycliste ou le motoneigiste.	3.3.1 Points légaux et sortes d'accidents liés à la motocyclette. 4.1.1 La motoneige et les motoneigistes.
4.8 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident pour un motocycliste.	3.4.1 La motocyclette: les dangers inhérents à sa conduite et les moyens de les diminuer.
4.9 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident pour un motoneigiste.	
4.10 Décrire l'équipement dont doivent être munis les motocyclettes, leur conducteur et leur passager.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 3.2.1 La motocyclette, son conducteur et son passager.

4.11 Indiquer des moyens de réduire les risques d'accident ou les conséquences d'un accident de motocyclette et de motoneige.	3.4.1 La motocyclette: les dangers inhérents à sa conduite, les moyens de les diminuer.
4.12 Indiquer les diverses sortes d'accident qui peuvent se produire à bord d'une embarcation.	
4.13 Indiquer les circonstances augmentant les risques d'accident à bord d'une embarcation.	
4.14 Indiquer des moyens de réduire les risques d'accident à bord d'une embarcation.	
4.15 Indiquer comment obtenir un permis de conduire.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière.
4.16 Connaître les attitudes et les comportements à adopter lors d'un accident d'automobile.	

THÈME: Les véhicules.

OBJECTIF TERMINAL 5

ANALYSER L'ASPECT RISQUE QUE FAIT COURIR L'UTILISATION DE L'AUTOMOBILE.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

5.1 Connaître les risques que comporte la conduite automobile.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 5.4.1 Les conséquences des risques liés à l'automobile. 5.6.1 L'automobile: activité de réinvestissement. 5.5.1 Identification des dangers liés à la conduite automobile.
5.2 Démontrer l'influence de certains facteurs sur l'importance du risque.	5.1.1 La conduite automobile et ses facteurs de risque. 5.2.1 L'état du conducteur, la condition du véhicule et leur influence sur le risque d'accident. 5.3.1 Comment réduire le risque d'accident en automobile. 5.6.1 L'automobile: activité de réinvestissement.
5.3 Démontrer que la motorisation implique des risques élevés de blessures très graves et de mort.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 5.1.1 La conduite automobile et ses facteurs de risque. 5.6.1 L'automobile: activité de réinvestissement.
5.4 Démontrer que les risques peuvent être grandement réduits grâce à certaines connaissances, attitudes et comportements préventifs.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 5.3.1 Comment réduire le risque d'accident en automobile. 5.6.1 L'automobile: activité de réinvestissement.

A

THÈME: Les véhicules.

OBJECTIF TERMINAL 6

CHOISIR JUDICIEUSEMENT LES MOYENS DE TRANSPORT NÉCESSAIRES POUR SE RENDRE AU TRAVAIL ET OCCUPER SES LOISIRS.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

6.1 Indiquer les principaux modes de déplacement utilisés pour se rendre au travail et se récréer.	1.2.1 Toi et le code de la sécurité routière. 1.3.1 Des éléments importants du code de la sécurité routière. 6.1.1 Recherche des avantages et des désavantages des modes de déplacement liés au travail.
6.2 Rappeler les dangers que comportent les modes de déplacement étudiés précédemment.	1.2.1 Toi et le code de sécurité routière. 1.3.1 Des éléments importants du code de la sécurité routière.
6.3 Évaluer les avantages et les désavantages des modes de déplacement utilisés pour se rendre au travail.	6.1.1 Recherche des avantages et des désavantages des modes de déplacement liés au travail.
6.4 Évaluer les avantages et les désavantages des modes de déplacement utilisés pour les loisirs.	

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,1

SECONDAIRE. SECOND CYCLE

OBJECTIF:

Décrire des conséquences d'accidents.

OBJECTIF TERMINAL	ATTITUDES VISÉES	DURÉE	RELATIONS AVEC LES AUTRES PROGRAMMES
Prog. F.P.S. Voir page: 5.0.1 No: 5 **OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES ET ÉLÉMENTS D'APPRENTISSAGE** Prog. F.P.S. Voir page: 5.0.1 No: 5.1	Prudence Respect de soi-même et des autres Responsabilités **HABILETÉS** Analyse Extrapolation	1 période de 50 minutes	Mathématiques • O.T.: 3.1-3.2-3.3 Éducation économique: • Module 2: O.T.: 2.2 • Module 3: O.T.: 3.1 • Module 5: O.T.: 5.1 Formation morale: • Module 5: Prendre conscience que les règlements sont nécessaires pour vivre en société. • Module 6: Reconnaître ses droits et ceux des autres.

MATÉRIEL:

a) **Pour l'enseignant:**

- La feuille de réponses (5,4,6): Les coûts d'un accident d'automobile.

b) **Pour les élèves:**

- 1) La feuille de soutien technique (5,4,5A): Les coûts d'un accident automobile.
  2) L'activité évaluative globale (5,4,7A).

A

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,2

DÉMARCHE D'ÉVALUATION FORMATIVE

1 PRÉPARATION DE LA SITUATION D'APPRENTISSAGE

MISE EN SITUATION

L'enseignant:

- divise sa classe en équipes de six;
  - chaque élève s'identifie à une des professions ou métiers suivants:
    - agent d'assurance
    - physiothérapeute
    - ergothérapeute
    - policier
    - médecin
    - ambulancier
  - chaque élève trouve sept risques inhérents à la conduite automobile et les conséquences de ces risques.
- prend un échantillonnage des réponses des élèves et les écrit au tableau en les classifiant de la façon suivante:

  1 - Blessures
  2 - Perte de vie
  3 - Perte de biens
  4 - Perte de travail
  5 - Contraventions
  6 - Emprisonnement
  7 - Handicaps permanents

2 RÉALISATION DE LA SITUATION D'APPRENTISSAGE

DÉROULEMENT

L'enseignant:

- invite les élèves à réfléchir sur le genre de blessures et handicaps dont ils peuvent être victimes lors d'un accident de la route et leurs conséquences sur la qualité de leur vie.

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,3

DÉMARCHE D'ÉVALUATION FORMATIVE

Voici quelques pistes à exploiter:

A) **Perte d'un ou de plusieurs membres**
- Prothèses.
- Apparence physique détériorée.
- Préjugés des autres.
- Contraintes au niveau du travail et des loisirs.

B) **Dommage à la colonne vertébrale**
- Fractures ou déplacements vertébraux peuvent provoquer douleurs et rigidité pour la vie de l'individu.
- Sectionnement partiel ou total de la moëlle épinière (cou cassé lors d'un accident où le véhicule est frappé de côté ou par l'arrière si l'appui-tête n'est pas ajusté).
- Conséquences possibles:
  - Paralysie totale ou partielle.
  - Déplacement en fauteuil ou lit roulant.
  - Perte de travail.
  - Coûts sociaux élevés.
  - Qualité de vie détériorée.
  - Dépendance totale ou partielle des autres.

C) **Traumatismes crâniens graves**
- Le cerveau est un ordinateur puissant régissant le fonctionnement de tout le corps. La destruction d'une partie du cerveau entraine des conséquences irréparables sur le fonctionnement du corps:
  - Perte de la parole.
  - Paralysie totale.
  - Paralysie partielle.
  - ***Vie végétative.***
  - Impossibilité de fonctionner de façon normale dans la société.
  - Coût énorme pour la société.
  - Dépendance.

Note: L'enseignant pourrait utiliser des personnes de ressources (association des handicapés, personnel médical, témoignage d'un accidenté de la route) et l'atteinte de l'objectif de l'activité n'en serait que meilleure.

Objet d'évaluation

Énumération des différentes sortes de blessures graves et de leurs conséquences pour l'individu.

Mesure

Questionnement oral.

Ex:
- *Quels genres de blessures graves peut-il se produire lors d'un accident d'automobile?*
- *Quelles conséquences la destruction d'une partie de ton cerveau pourrait avoir sur les activités normales de ta vie?*

A

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,4

DÉMARCHE D'ÉVALUATION FORMATIVE

ENRICHISSEMENT

L'enseignant:

- demande aux élèves de lire le scénario de la feuille de soutien technique (5,4,5A) et d'estimer les coûts engendrés par un accident d'automobile;
- fait un acétate avec la feuille de soutien technique 5,4,6 où l'on trouve un « accident type » avec les coûts réels défrayés par la société québécoise et les individus;
- compare les chiffres avec ceux trouvés par les élèves.

Note: Si le temps le permet, l'élève fera la recherche lui-même avec les intervenants concernés.

Objet d'évaluation

Estimation des coûts engendrés par un accident d'automobile.

Mesure

Texte et questionnaire écrit à la page (5,4,5A).

3 INTÉGRATION DE LA SITUATION D'APPRENTISSAGE

L'enseignant:

- conclut avec les élèves de la nécessité de développer des attitudes responsables et d'adopter des comportements sécuritaires lors de la conduite d'un véhicule routier;
- demande aux élèves, pour le prochain cours, de raconter un fait vécu ou fictif dans lequel ils insèreront les conséquences de trois risques d'accidents liés à la conduite automobile.

Objet d'évaluation

Énumération de risques inhérents à la conduite automobile et de conséquences pour l'individu.

Mesure

Questionnaire écrit à la page (5,4,7A).

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5.4.5A
1 de 2

NOM: _____ GROUPE: _____

LES COÛTS D'UN ACCIDENT D'AUTOMOBILE

Luc invite son amie Gisèle à son bal de graduation. On danse et on s'amuse beaucoup. Luc avait pris soin d'apporter son « réchauffant » et il ne s'en est pas privé. À la fin de la soirée, sans tenir compte de son état, il prend le volant pour reconduire Gisèle à la maison. En route, il suit un véhicule qui circule supposément plus lentement que le sien. L'alcool a rendu Luc moins tolérant et plus agressif. Il dépasse le véhicule qui le précède malgré la double ligne sur la chaussée. Il rate la courbe, frappe un lampadaire, endommage un parapet de sécurité et termine sa course dans un fossé. La voiture, un modèle compacte de l'année, est une perte totale mais Luc s'en tire avec des ecchymoses et des coupures. Gisèle n'avait pas bouclé sa ceinture de sécurité et ses blessures sont plus graves: multiples fractures et coupures au dos et à la tête. Les ambulanciers la transportent à l'hôpital à 10 km de là et elle y séjourne pendant douze jours. Elle reçoit les services de nombreux professionnels de la santé: médecins spécialistes, radiologistes, personnel de laboratoire, physiothérapeutes. À sa sortie de l'hôpital, elle doit se procurer un fauteuil roulant, visiter trois médecins spécialistes et suivre un programme de réadaptation.

- À la lecture de ce scénario, tu constates qu'un manque flagrant de responsabilité a placé nos amis dans une situation difficile.

A) À l'aide du scénario précédent, trouve trois comportements irresponsables de la part d'usagers et d'usagères de la route.

B) Toujours à l'aide du scénario et du tableau suivant, essaie d'évaluer les coûts que Luc, Gisèle et la société devront assumer à la suite de cet accident.

A

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,5A
2 de 2

A) Trois comportements ou attitudes irresponsables.

1. _____
2. _____
3. _____

B) Évaluation des coûts d'un accident.

- Ambulance ..... _____
- Frais d'hospitalisation:
  - soins infirmiers
  - examens de laboratoire
  - réadaptation
  - chambre et repas ..... _____
- Honoraires professionnels (médecins et autres spécialistes de la santé)
  - à l'hôpital ..... _____
  - en cabinet privé ..... _____
- Réadaptation (Exemple: fauteuil roulant) ..... _____
- Réclamations d'assurances:
  - automobile ..... _____
  - franchise ..... _____
  - remorquage ..... _____
- Ministère des Transports du Québec (dommage à la propriété publique) .... _____

- Contraventions (3) ..... _____

TOTAL: _____

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,6

FEUILLE DE RÉPONSES
LES COÛTS D'UN ACCIDENT D'AUTOMOBILE

A) Comportements ou attitudes irresponsables.

1. Conduite avec facultés affaiblies: Infraction au Code criminel, article no 234.
2. Dépasser malgré la double ligne: Infraction au Code de la sécurité routière, article no 348.
3. Ne pas boucler sa ceinture: Infraction au Code de la sécurité routière, article no 276.

B) Coûts moyens d'un accident d'automobile au Québec en dollars de 1984.

- Ambulance ..... *64 $ au départ + 1,60 $/km* ..... *80 $*
- Frais d'hospitalisation:
  - soins infirmiers • examens de laboratoire • réadaptation
  - chambre et repas ..... *335 $/jour × 12* ..... *4 020 $*
- Honoraires professionnels (médecins et autres spécialistes de la santé)
  - à l'hôpital ..... *1/3 du per diem (335 $) × 12* ..... *1 340 $*
  - en cabinet privé ..... *15 $ par visite × 3* ..... *45 $*
- Réadaptation (Exemple: fauteuil roulant) ..... *500 $*
- Réclamations d'assurances:
  - automobile ..... *8 000 $*
  - franchise ..... *250 $*
  - remorquage ..... *65 $*
- Ministère des Transports du Québec (dommage à la propriété publique)
  - parapet endommagé ..... *300 $* .....
  - lampadaire brisé ..... *1 500 $* .....

  1 800 $
- Contraventions (3)
  - Conduite avec facultés affaiblies
    50 $ à 2 000 $ et/ou 6 mois de prison (50 $) .....
  - Dépasser malgré la double ligne
    Amende de 100 $ à 200 $ (100 $) .....
  - Ceinture de sécurité non bouclée
    Amende de 25 $ à 50 $ (25 $) ..... *175 $*

TOTAL: *16 275 $*

A

LES CONSÉQUENCES DES RISQUES LIÉS À LA CONDUITE AUTOMOBILE

5,4,7A

ACTIVITÉ ÉVALUATIVE GLOBALE

NOM: _____ GROUPE: _____

Tu viens de recevoir ton permis de conduire et, pour souligner l'événement, tu empruntes l'automobile familiale. Enfin seul(e) au volant, pas de moniteur ou monitrice à côté de toi pour te corriger, un sentiment de liberté totale t'envahit. Tu démarres et tu roules sur la chaussée en ayant soin de bien suivre toutes les règles de prudence liées à la conduite automobile, mais as-tu pensé aux risques que tu cours comme conducteur ou conductrice d'une automobile? Essaie donc de trouver sept risques inhérents à la conduite automobile et examine les conséquences que ces risques peuvent avoir pour toi.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Ministère
de l'Éducation